Caroline Myss, Ph. D.
Anatomia
Spiritului
Cele şapte stadii ale puterii şi vindecării

Cartea Daath, 2006

Traducere din limba engleză Anatomy of the Spirit – The Seven Stages of Power and Healing

Copyright e1996 Caroline Myss

Cuvânt înainte copyright e1996 Crown Publishers, Inc.

Traducător: Daniela Pascu Editor: Daniela Pascu Corector: Ionuţ Bogdan Pavlicu Tehnoredactor: Monica Hodor

Materialul conţinut în această carte nu înlocuieşte sfatul medical. Dacă aveţi o problemă medicală sau o boală, consultaţi un doctor calificat.

61: 576

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României MYSS, CAROLINE

Anatomia spiritului: cele şapte stadii ale puterii şi vindecării / Caroline Myss; trad. şi ed.: Daniela Pascu.

— Bucureşti: Cartea Daath, 2006

ISBN (10) 973 – 87361 – 3 – 7; ISBN (13) 978 – 973 – 87361 – 3 – 9 I. Pascu, Daniela (trad.; ed.)

Toate drepturile asupra prezentei ediţii aparţin în exclusivitate editurii Cartea Daath. Reproducerea integrală sau parţială a textului sau a ilustraţiilor din această carte poate fi făcută numai cu acordul editorului.

Copyright e 2006 Editura Cartea Daath, Bucureşti

Această carte este dedicată cu iubire şi recunoştinţă celor trei îngeri personali, fără de care nu aş fi putut supravieţui perioadelor negre din viaţa mea: mamei, care este sursa mea constantă de putere; fratelui meu, Edward, care este sursa mea continuă de umor şi optimism; şi cumnatei mele, Amy, care a devenit o comoară a familiei.

Cuprins

Cuvânt înainte de C. Norman Shealy, M.D., Ph. D… PREFAŢA – Cum am devenit diagnostician intuitiv

INTRODUCERE – Scurtă istorie personală

Puncte de răscruce

Ucenicia în intuiţie

De la hobby la profesie

Ultima cotitură

PARTEA I

Un nou limbaj al spiritului

CAPITOLUL I – Medicina energetică şi intuiţia…

Câmpul energetic uman

Primul principiu: Biografia devine Biologia… Al doilea principiu: puterea personală este necesară sănătăţii

Al treilea principiu: numai tu singur te poţi ajuta să te vindeci învăţarea vederii simbolice

CAPITOLUL II Făcut după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu

Puterea simbolică a celor şapte chakre

Puterea simbolică a Tainelor Creştine

Puterea simbolică a celor Zece Sefiroţi

Cum lucrează împreună

Chakrele, Tainele şi Sefiroţii
Cele Şapte Adevăruri Sacre
PARTEA A II-A
Cele şapte adevăruri sacre
CAPITOLUL I – Chakra Unu, Puterea tribală
Cultura tribală
Efectele în plan energetic ale tiparelor şi modelelor de credinţă
Testele puterii tribale nocive întrebări pentru autoexaminare
CAPITOLUL II Chakra Doi: Puterea relaţiilor
Puterea alegerii
Alegerea şi relaţiile încercarea de a conduce energia creatoare încercarea de a coordona/conduce energia sexuală
Energia banilor
Energia etică
Puterea personală a Chakrei Doi întrebări pentru auto-examinare
CAPITOLUL III – Chakra Trei: Puterea Personală
Dezvoltarea auto-aprecierii/aprecierii de sine
Creşterea puterii interioare 214
Auto-aprecierea şi intuiţia 221
Cele patru etape ale puterii personale 229
Încercări de-a lungul Călătoriei 237
Întrebări pentru auto-examinare 240
CAPITOLUL IV – Chakra Patru: Puterea emoţională 243
Să învăţăm Puterea Iubirii 246
Iubirea de sine – calea către Divin 249
Trezirea sinelui conştient 252
Trecerea dincolo de limbajul rănilor 257

Drumul către o inimă puternică 264
Întrebări pentru auto-examinare 267
CAPITOLUL V – Chakra Cinci: *Puterea voinţei 269*
Consecinţele fricii 272
Credinţa 275
Între cap şi inimă 281
Întrebări pentru auto-examinare 288
CAPITOLUL VI – Chakra Şase: *Puterea minţii 289*
Punerea în practică a detaşării 292
Conştiinţa şi legătura ei cu vindecarea 298
Conştiinţa şi moartea 301
Dezvoltarea minţii impersonale şi a percepţiei simbolice 307
A deveni conştient 313
Întrebări pentru auto-examinare 320
CAPITOLUL VII – *Chakra Şapte*:
Racordarea la Divinitate 323
Trezirea spirituală 327
Criza spirituală şi nevoia de devoţiune îndurând „noaptea întunecată”.
Întrebări pentru autoexaminare
POSTFAŢA – Un ghid pentru misticul contemporan.
Sfaturi pentru misticul contemporan
Meditaţia zilnică
Mulţumiri
Bibliografie

Cuvânt înainte

Foarte rare sunt ocaziile în care puteţi întâlni o persoană unică, o persoană care să vă schimbe în mod dramatic percepţia despre viaţă şi despre voi înşivă. Sunteţi pe cale să cunoaşteţi o asemenea persoană extraordinară. Scriitor şi diagnostician intuitiv, Caroline Myss vă va intriga, provoca şi inspira prin perspectivele ei asupra spiritualităţii şi asupra răspunderii exclusive pentru propria dumneavoastră sănătate. Multe aspecte din lucrarea Caroline! vă vor părea atât de logice şi de uşor de înţeles, încât vă veţi întreba de ce nu aţi privit până acum lucrurile din acel punct de vedere; mai mult, ideile ei vă vor apăsa butoanele emoţionale şi psihologice şi vă vor determina să vă reevaluaţi calea spirituală aleasă.

Am descoperit filosofia Carolinei acum doisprezece ani. Mesajul ei, simplu, puternic, este acela că fiecare dintre noi se naşte cu o sarcină spirituală, un contract sacru care să ne înveţe să ne folosim puterea personală cu responsabilitate, înţelepciune şi iubire. De mii de ani, conceptul care afirma că puterea corupe, iar puterea absolută reprezintă corupţia absolută, a dominat societatea. Autoritatea şi controlul, banii şi sexul au asigurat capcanele artificiale ale puterii. De exemplu, recent, un articol despre John F. Kennedy Jr. sublinia faptul că acesta dispunea de sume aproape indecente de bani şi de siguranţă din punct de vedere sexual, însă nu avea putere; articolul a continuat apoi să trivializeze puterea prin popularizarea iluziei care afirma ca JFK Jr. ar putea cumva să cumpere puterea prin publicarea

unei reviste mondene. Dacă aceasta este şi ideea dumneavoastră despre putere, pregătiţi-vă să fiţi profund zguduiţi de „Anatomia Spiritului”, deoarece Caroline oferă o viziune mult mai profundă asupra adevăratei puteri: puterea spiritului uman.

De-a lungul timpului au existat mistici şi intuitivi talentaţi care au sesizat centrii puterii în corpul uman. Alice Bailey, Charles W. Leadbetter şi Rudolf Steiner, cu toţii au scris în acest domeniu, dar niciunul nu a reuşit să surprindă întinderea şi adâncimea structurii electromagnetice spirituale la fel de bine precum a reuşit Caroline. Niciodată până acum anatomia spiritului nu a mai fost revelată într-un mod atât de puternic. În această carte se găsesc bazele medicinii secolului XXI.

Singura întrebare cu adevărat importantă pe care oamenii şi-au pus-o de-a lungul istoriei, a fost „Care este scopul meu în viaţă?". Caroline oferă răspunsul la această întrebare, simplu şi profund. Scopul omului este acela de a trăi într-o manieră care să coincidă cu idealurile sale spirituale, să trăiască Regula de Aur în fiecare clipă a vieţii sale, să îşi conceapă fiecare gând ca pe o rugăciune sacră. Este simplu, însă departe de a fi uşor!

Imaginaţi-vă pentru un moment că aţi intrat într-o cameră plină cu oameni şi că realizaţi din prima clipă cât de neconfortabil vă simţiţi. Apoi, imaginaţi-vă că puteţi să vă conectaţi la reţeaua de gânduri din subconştientul fiecărei persoane, astfel încât să „cunoaşteţi” energia şi starea sănătăţii fiecărui individ din încăpere. Chiar mai

mult, imaginaţi-vă că vă cunoaşteţi până în cel mai mic detaliu propria energie şi factorii care vă consumă puterea intelectuală, fizică şi emoţională. Înţelepciunea fundamentală transmisă în această carte vă oferă uneltele necesare pentru a vizualiza atât propria dumneavoastră energie, cât şi pe a celorlalţi.

Fizicienii cuantici au confirmat realitatea esenţei vibratorii de bază a vieţii, ceea ce au sesizat şi intuitivii. ADN-ul uman vibrează cu o frecvenţă de 52 până la 78 de gigaherţi (miliarde de cicli pe secundă). Deşi instrumentele ştiinţei nu pot încă evalua frecvenţa specifică a oricărei persoane, două fapte esenţiale nu pot fi negate: primul este acela că energia vitală nu este statică, este cinetică, se mişcă; iar cel de-al doilea este că intuitivii talentaţi, precum Caroline pot evalua energia, deşi până acum nici mintea umană, nici sistemul energetic nu au putut fi măsurate fizic cu acurateţe.

Într-adevăr, în cei douăzeci de ani de muncă cu intuitivii de pe întreg globul, nu am mai întâlnit unul atât de clar şi precis precum Caroline.

Caroline se acordează la energia subtilă a sistemelor noastre şi citeşte limbajul fiinţei noastre electromagnetice. Diagnosticele date de ea dovedesc în mod repetat efectele energiei emoţionale, a trecutului şi a prezentului, asupra sănătăţii fizice; ea simte experienţele profunde, traumatizante, credinţele şi atitudinile care alterează frecvenţa celulelor şi integritatea sistemului nostru energetic. Ea ne citeşte spiritul care este, cu certitudine, adevărata noastră

putere.

În această carte veţi descoperi informaţii detaliate despre cei şapte centri de putere ai corpului. Aceşti centri sunt stabilizatori esenţiali ai cursului energiei vitale. Ei reprezintă principala baterie biologică a biografiei dumneavoastră emoţionale. „Biografia ta devine biologia ta" chiar dacă nu aţi mai învăţa nimic altceva din această carte în afară de această afirmaţie şi acest lucru tot v-ar fi util. Veţi învăţa, de asemenea, cum să nu mai fiţi vlăguit sau anulat de propriile dumneavoastră ataşamente sau de energia negativă a celor din jurul dumneavoastră; cum să vă întăriţi respectul de sine şi onoarea, astfel încât baza puterii dumneavoastră personale să nu fie erodată de falsele simboluri ale puterii: banii, sexul şi autoritatea externă; veţi învăţa cum să vă dezvoltaţi propriile dumneavoastră abilităţi intuitive.

Anatomia Spiritului" prezintă un nou mod, ecumenic şi incitant, de a înţelege cei şapte centri energetici ai corpului. Integrează conceptele iudaismului, creştinismului, hinduismului şi buddhismului despre putere, în şapte adevăruri universale. Aşa cum Caroline scrie: „Diamantul universal cuprins în cele patru religii principale este acela că Divinul este închis în interiorul sistemului nostru biologic, în şapte etape ale puterii care ne conduc către o rafinare şi o transcendenţă a puterii noastre personale."

Veţi fi transformat pentru totdeauna de puterea acestei fuziuni a simbolurilor metafizice ale Tainelor Creştine, ale Kabbalei şi ale chakrelor.

Cunoaşterea este putere, iar cunoaşterea prezentată în această carte este cheia către puterea personală.

Această carte prezintă esenţa medicinii alternative cu o claritate care vă va inspira să vă trăiţi idealurile spirituale şi care vă va trezi către miracolele auto-vindecării, Sunt încântat că am fost prezent în timpul „gestaţiei" acestei lucrări esenţiale. Viaţa mea a fost îmbogăţită de aceste cunoştinţe mult mai mult decât mi-aş fi închipuit. Fie ca şi viaţa dumneavoastră să fie cel puţin la fel de mult atinsă de graţia înţelepciunii Carolinei.

C. Norman Shealy, M.D., Ph. D.

Fondator al Shealy Institute for Comprehensive Healthcare Founding

Preşedinte al American Holistic Medical Association

Cercetător şi profesor în psihologie la *Forest Institute of Professional Psychology* Autor al lucrării Miracolele se întâmplă (*Miracles Do Happen*)

PREFAŢĂ

Cum am devenit diagnostician intuitiv în toamna lui 1982, după ce mi-am încheiat cariera ca ziaristă şi am obţinut un master în teologie, m-am asociat cu doi parteneri pentru a înfiinţa o editură pe care am numit-o Stillpoint. Am tipărit cărţi despre metode de vindecare alternative medicinii clasice. În ciuda interesului meu comercial faţă de terapiile alternative, nu eram deloc interesată să devin implicată eu în aşa ceva. Nu îmi doream să întâlnesc vindecători. Refuzam să meditez. Chiar căpătasem o totală aversiune faţă de clopotele care alungă spiritele rele, faţă de muzica New Age şi conversaţiile pe tema beneficiilor grădinăritului organic. Fumam şi beam cafea cu kilogramele şi mă îmbrăcam după imaginea unui reporter de ziar din linia întâi. Nu eram deloc pregătită pentru o experienţă mistică.

Cu toate acestea, în acea toamnă am început să recunosc treptat că abilităţile mele perceptuale crescuseră considerabil. De exemplu, dacă un prieten pomenea că cineva pe care îl cunoştea nu se simţea bine, îmi apărea imediat în minte o intuiţie asupra cauzei problemei respective. Aveam o precizie stranie şi astfel s-a răspândit vorba despre asta în comunitatea locală. Curând au început să sune oamenii la editură să ceară programări pentru evaluări intuitive ale sănătăţii lor. Până în primăvara lui 1983 ajunsesem să fac evaluări pentru oameni care treceau prin crize de sănătate sau de viaţă de diferite feluri, de la depresie la cancer.

Să spun doar că mă găseam într-o ceaţă deasă ar fi o declaraţie incompletă. Eram confuză şi puţin speriată. Nu puteam să-mi imaginez cum primeam aceste impresii. Erau, şi încă mai sunt, ceva ca un fel de vis impersonal care începea să se deruleze imediat ce aveam permisiunea persoanei, numele şi vârsta. Impersonalitatea acestor imagini, senzaţiile de non-emoţie sunt foarte semnificative pentru că reprezintă indicatorul meu că nu produc sau nu proiectez eu aceste impresii. Este ca diferenţa dintre a te uita printr-un album cu fotografii al unei persoane străine – în care nu ai niciun fel de ataşament emoţional faţă de nimeni – şi a te uita prin propriul tău album de fotografii de familie. Impresiile sunt clare, dar complet fără emoţie.

Pentru că nu ştiam care era acurateţea impresiilor pe care le primeam, după câteva luni de consultaţii m-am găsit temându-mă foarte tare de fiecare întâlnire, simţind că fiecare era o experienţă cu un risc înalt. Am trecut de primele şase luni numai spunându-mi că folosirea intuiţiei medicale era un fel de joc. Am fost foarte emoţionată când am obţinut o „lovitură" în ceea ce priveşte acurateţea, pentru că aceasta însemna că sănătatea mea mintală era intactă. Chiar şi aşa, de fiecare dată mă întrebam: „O să funcţioneze şi de data asta? Dacă nu-mi mai apar niciun fel de impresii? Dacă mă înşel despre ceva? Dacă mă întreabă cineva ceva la care nu pot să răspund? Dacă spun unei persoane că e sănătoasă şi apoi aflu că are un diagnostic de boală terminală? Pe deasupra, şi în primul rând, ce caută un jurnalist-

student teolog transformat în editor în această ocupaţie de graniţă?”

Mă simţeam de parcă eram dintr-odată responsabilă, dar fără nicio pregătire, să explic voinţa lui Dumnezeu unor zeci de oameni trişti, speriaţi. În mod ironic, cu cât mai mulţi doreau să afle ce le făcea Dumnezeu, cu atât mai mult doream eu să ştiu ce-mi făcea mie Dumnezeu. Presiunea pe care o simţeam s-a concretizat până la urmă în ani de migrene.

Am vrut să merg mai departe ca şi cum abilitatea aceasta nu era cu nimic diferită de talentul de a coace pâine, numai că eu ştiam mai mult. Pentru că am crescut catolică şi am studiat teologia, eram foarte conştientă că abilităţile transpersonale conduceau inevitabil la mănăstire sau la balamuc. Adânc în sufletul meu ştiam că mă conectam cu ceva care era prin esenţă sacru, dar cunoştinţele mele mă împărţeau în două. Pe de o parte mă temeam că voi deveni handicapată, precum misticii din vechime; pe de altă parte, simţeam că sunt destinată unei vieţi în care voi fi cântărită şi judecată de credincioşi şi de sceptici deopotrivă. Indiferent cum îmi imaginam viitorul, simţeam că mă îndreptam spre suferinţă.

Cu toate acestea, eram fascinată de capacitatea mea perceptuală nou descoperită şi eram hotărâtă să continui evaluarea sănătăţii oamenilor. Impresiile pe care le primeam la începuturi erau majoritatea legate de starea sănătăţii fizice imediate şi de stresul emoţional şi psihologic corelat. Vedeam, însă, şi energia care înconjura corpul persoanei. Am văzut-o încărcată

de informaţii despre trecutul persoanei. Şi am văzut că energia era o extensie a spiritului acelei persoane. Am început să înţeleg ceva care nu mi se predase în şcoală: că spiritul nostru este parte din viaţa noastră zilnică; conţine gândurile şi emoţiile noastre şi le înregistrează pe fiecare dintre ele, de la cel mai banal, la cel mai vizionar. Cu toate că am fost învăţată, mai mult sau mai puţin, că spiritul merge după moarte ori „în sus" ori „în jos", depinzând de cât de virtuos am trăit, acum văd că spiritul nostru e mai mult de atât. Participă în fiecare secundă în viaţa noastră. Este forţa conştientă care este însăşi viaţa.

Am continuat cu şedinţele de evaluare a sănătăţii ca pe un fel de pilot automat până când, într-o zi, ambivalenţa talentelor mele a fost rezolvată. Eram în mijlocul unei întâlniri cu o femeie care avea cancer. Afară era foarte cald şi eu eram obosită. Stăteam faţă în faţă cu această femeie în micul meu birou de la Stillpoint. Terminasem evaluarea ei şi ezitam puţin înainte să-i împărtăşesc rezultatul. Mă temeam să-i spun că deja cancerul se împrăştiase în tot corpul. Ştiam că urma să mă întrebe de ce i se întâmpla asemenea catastrofa şi mă simţeam iritată de responsabilitatea mea de a-i răspunde. Bineînţeles, cum am deschis gura să vorbesc, ea s-a întins, şi-a pus o mână pe piciorul meu şi m-a întrebat: „Caroline, ştiu că am cancer în stare gravă. Dar poţi să-mi spui de ce mi se întâmplă asta?"

Indignarea mea a ţâşnit la momentul întâlnirii cu întrebarea aceasta nesuferită şi

aproape că am explodat: „De unde să ştiu eu?" când, am fost pătrunsă de o energie pe care nu o mai simţisem înainte. S-a mişcat prin corpul meu ca şi cum mă împingea pe mine deoparte ca să-şi facă ea loc, să-mi folosească corzile vocale. N-am mai putut să o văd pe femeia din faţa mea. M-am simţit ca şi cum mă făcusem mică până la mărimea unei monede de zece cenţi şi, de undeva din capul meu, mi se ordona să stau cuminte şi să fiu atentă.

O voce a vorbit prin mine acestei femei: „Lasă-mă să te conduc prin viaţa ta şi prin fiecare relaţie pe care ai avut-o în viaţă. Lasă-mă să te conduc prin toate fricile pe care le-ai avut şi lasă-mă să-ţi arăt cum te-au controlat aceste frici atâta timp, încât energia vieţii nu te-a mai putut hrăni".

Această „prezenţă" a condus femeia prin fiecare detaliu al vieţii sale, şi vreau să spun prin chiar fiecare detaliu. I-a reamintit cea mai neimportantă conversaţie pe care o avusese; i-a reamintit momente de mare singurătate în care a plâns singură; i-a reamintit fiecare relaţie care avusese o însemnătate pentru ea. Această „prezenţă" a lăsat impresia că fiecare secundă din vieţile noastre, fiecare activitate mentală, emoţională, creativă, fizică şi chiar de odihnă cu care ne umplem aceste secunde este cunoscută şi înregistrată. Fiecare judecată pe care o facem este notată. Fiecare atitudine pe care o avem este o sursă de putere pozitivă sau negativă pentru care suntem răspunzători.

Eram înmărmurită de această experienţă. Am început să mă rog, jumătate din frică, jumătate din

smerenia de a fi în faţa tiparului celui mai intim şi ultim al universului. Întotdeauna bănuisem că rugăciunile noastre sunt ascultate, dar nu ştiam exact cum. Nici nu-mi imaginasem cum raţiunea simplă umană, cum poate orice sistem, chiar şi unul Divin, să păstreze înregistrate nevoile fiecăruia, dând prioritate cererilor pentru vindecare în faţa celor de ajutor financiar, spre exemplu. Eram nepregătită pentru acest spectacol sacru în care fiecare secundă a vieţii este păstrată cu iubire şi îi este atribuită o mare valoare.

În timp ce mă rugam, fiind încă un observator, am cerut ca această femeie să rămână conştientă că nu eu îi vorbeam. De vreme ce nu i-am putut răspunde întrebării de ce avea cancer, nu aş fi putut să-i explic nici cum am ştiut detaliile despre trecutul ei. Imediat ce am trimis această rugăciune, m-am uitat din nou la faţa ei. Am descoperit că mâna mea era pe genunchiul ei, reflectând în oglindă gestul ei, deşi nu-mi aminteam când îmi pusesem mâna astfel.

Îmi tremura tot corpul; mi-am luat mâna de pe genunchiul ei. Tot ceea ce a spus a fost „Îţi mulţumesc atât de mult. Acum pot să înţeleg totul”. Apoi a făcut o pauză, după care a continuat: „Nici măcar moartea nu mă sperie. Totul este bine”.

A plecat din biroul meu şi, un minut mai târziu, asta am făcut şi eu, fiind într-o stare de tremur interior profund. M-am dus afară, pe un câmp minunat care înconjura Stillpoint şi am acceptat să cooperez cu această capacitate intuitivă, indiferent de rezultat.

Din ziua aceea de toamnă a anului 1983 am lucrat cu toată inima ca diagnostician intuitiv. Aceasta înseamnă că îmi folosesc capacitatea intuitivă să ajut oamenii să înţeleagă energia emoţională, psihologică şi spirituală care stă la baza bolilor lor sau a momentelor dificile din viaţă. Pot intui tipul de boli pe care le poate dezvolta chiar înainte ca un individ să fie conştient că are o boală. Oamenii cu care lucrez sunt de obicei conştienţi, totuşi, că vieţile lor nu sunt în echilibru şi că ceva nu este în ordine.

Nu a existat niciun eveniment dramatic iniţial care să fi adus aceste capacităţi în viaţa mea. Pur şi simplu s-au deschis în mine, uşor, natural, ca şi cum erau acolo dintotdeauna, aşteptând timpul potrivit pentru a ieşi la suprafaţă. Pe măsură ce creşteam fusesem întotdeauna intuitiv atentă, reacţionând în mod continuu după ceea ce-mi spunea instinctul, aşa cum fac cei mai mulţi oameni. Şi voi, instinctiv, şi uneori chiar conştient, evaluaţi energiile altor persoane, dar de obicei cunoaşteţi acea persoană sau măcar aţi avut oarece contact cu ea înainte. Ce este deosebit despre intuiţia mea este că pot evalua persoane cu care nu am luat contact. De fapt, prefer să nu fi avut contact înainte, pentru că uitându-mă direct la faţa speriată, aceasta interferează enorm cu abilitatea mea de a vedea clar.

Cu cât am folosit intuiţia mai mult, cu atât mai corectă a devenit. Acum pare un lucru obişnuit pentru mine, deşi lucrările sale vor rămâne întotdeauna puţin misterioase. În timp ce vă învăţ cum să deveniţi intuitivi, până la un

anume punct, nu sunt chiar sigură despre cum am învăţat eu însămi. Cred că am devenit extrem de intuitivă ca o consecinţă a curiozităţii mele faţă de subiectele spirituale, combinată cu o adâncă frustrare pe care am simţit-o atunci când viaţa mea nu s-a desfăşurat după planul meu. Pe de altă parte, este la fel de posibil ca această intuiţie medicală să fie rezultatul a ceva ce am mâncat. Cunoscând cum lucrează zeii, nu m-aş mira deloc să aflu asta.

Nu a fost uşor, chiar şi după ce am acceptat să cooperez cu ea, să-mi perfecţionez intuiţiile. Nu am avut modele şi nici profesor, cu toate că, până la urmă am avut sprijinul şi călăuzirea colegilor din domeniul medical. Totuşi, acum, după patrusprezece ani de muncă continuă, această aptitudine pare ca un al şaselea simţ pentru mine. Aceasta înseamnă că a venit timpul să-i învăţ pe alţii despre limbajul energiei şi diagnosticarea intuitivă.

Lucrând cu intuiţiile mele, am identificat cauze emoţionale şi psihologice ale bolilor. Fără dubiu, există o puternică legătură între stresul fizic şi emoţional şi o anume boală. Această legătură a fost bine documentată, de exemplu, cu privire la boala de inimă sau hipertensiune şi aşa numita personalitate de tip A. Totuşi, înţelegerile mele au arătat că stresul emoţional şi spiritual sau neliniştile sunt rădăcina cauzelor tuturor bolilor. Mai mult, anumite crize emoţionale şi spirituale corespund chiar în mod specific problemelor din anumite părţi ale corpului. De exemplu, oamenii care vin la mine cu probleme de inimă au avut

experienţe de viaţă care i-au condus către un blocaj faţă de intimitate sau faţă de iubire. Oamenii care au probleme cu durerile de spate în zona lombară au avut griji financiare care au persistat. Oamenii cu cancer au legături neterminate cu trecutul, probleme nerezolvate şi probleme emoţionale. Oamenii cu probleme legate de sânge, deseori au conflicte adânci cu familia lor de origine. Cu cât am studiat mai mult sistemul energetic uman, cu atât am înţeles că foarte puţin este creat „la întâmplare" în corpurile noastre sau în vieţile noastre. Legăturile dintre stresul emoţional şi spiritual şi bolile specifice sunt cel mai bine înţelese în contextul anatomiei sistemului energetic uman, anatomia spiritelor noastre care este nucleul materiei pe care acum o predau prin toată America şi în multe alte ţări, şi punctul principal al acestei cărţi.

Fiind intuitivă medical aceasta m-a ajutat să învăţ nu numai despre cauzele energetice ale bolilor, dar şi despre încercările prin care trecem în procesul de vindecare. De o importanţă foarte mare pentru mine a fost înţelegerea faptului că „vindecarea" nu înseamnă neapărat şi întotdeauna recuperarea corpului fizic dintr-o boală. Vindecarea poate să însemne şi eliberarea de frici vechi, păstrate pentru mult timp sau de gânduri negative faţă de sine sau faţă de alţii. Acest fel de eliberare spirituală şi vindecare se poate întâmpla chiar şi dacă trupul poate muri fizic.

Învăţarea limbajului sistemului energetic uman este o unealtă pentru autoînţelegere, o ieşire din încercările spirituale. Studiind anatomia

energetică, veţi identifica tiparele vieţii voastre şi adâncile întrepătrunderi şi colaborări dintre minte, corp şi spirit. Această cunoaştere de sine poate să vă aducă plăcerea şi pacea minţii şi vă poate conduce la o vindecare emoţională şi fizică.

Această introducere în diagnosticarea prin intuiţie reprezintă însumarea celor patrusprezece ani de cercetare în anatomie şi intuiţie, corp şi minte, spirit şi putere. În aceste pagini vă învăţ limbajul energiei, limbaj cu care lucrez eu. Obţinând o cunoaştere despre anatomia energiei, veţi deveni de asemenea conştienţi de corpul vostru ca manifestare a spiritului vostru. Veţi fi capabili să vă citiţi corpul ca pe o scriptură, înţelegând limbajul energiei, deveniţi capabili să vă vedeţi propriul spirit în propriul trup şi să înţelegeţi ce îl generează şi ce îl face pe el sau pe voi puternici. Limbajul energiei vă va da o nouă perspectivă asupra puterii personale. Veţi învăţa, de asemenea, despre ce anume vă slăbeşte spiritul şi puterea personală, astfel încât să opriţi pierderea de energie pe viitor. Folosirea limbajului energiei şi înţelegerea sistemului energetic uman vă va ajuta să aveţi impresii mai clare intuitive, dăruindu-vă referinţe concrete, bazate chiar pe corp, care vor elimina senzaţia că îţi cauţi informaţiile orbeşte, într-un aer gol. În această carte am creionat alături de acele profunde înţelepciuni spirituale ale câtorva tradiţii spirituale – Chakrele hinduse, Tainele creştine şi Copacul Vieţii din Kabbala, ajungând până la noua viziune despre cum lucrează corpul şi spiritul la un loc. Vă rog să reţineţi că nu am inclus în mod

deliberat învăţăturile bogate ale Islamului, nu pentru că nu le onorez adevărul, ci pentru că nu am crescut cu tradiţia aceasta, aşa cum am trăit cu tradiţiile iudeo-creştine, hindu şi buddhiste. Prin urmare, nu simt că aş putea scrie despre Islam cu integritate. Învăţând să vedeţi corpul şi spiritul într-un anume fel care atrage adevăruri vechi, puteţi începe să vă dezvoltaţi propria intuiţie şi să înţelegeţi şi să vă organizaţi propriul spirit.

Dacă iniţial am vrut să pun accentul în această carte asupra sistemului energetic uman, pe filosofia şi practicile diagnosticelor energetice sau medicina intuiţiei, am înţeles, pe măsură ce am început să scriu, că nu aş putea portretiza cu acurateţe aceste concepte despre energie fără o încadrare spirituală. Cred că suntem meniţi să înţelegem corpurile-mintea ca puteri individuale spirituale care exprimă energia Divină. Suntem meniţi să descoperim atât puterea noastră personală, cât şi scopul nostru comun de a trăi într-un context spiritual. Noi toţi împărtăşim un tip de corp fizic care, din anumite motive devine bolnav sau care se vindecă. De asemenea, împărtăşim crize emoţionale şi psihologice comune experienţei umane. Oricine se teme de abandon, de pierdere, de trădare; furia este o otravă înăuntrul unui trup evreu, la fel cum este şi în trupul unui creştin sau hindus; noi toţi suntem atraşi de iubire. Când vine vorba de sănătatea spiritelor şi a corpurilor noastre, nu există diferenţe.

Astfel, accentul pe corp-minte din această

carte este infuzat cu limbajul spiritual al vederii simbolice. Vederea simbolică este un mod de a vedea şi de a te înţelege pe tine, pe alţi oameni şi evenimentele vieţii în termenii tiparelor arhetipale universale. Dezvoltarea vederii simbolice va spori abilitatea intuitivă pentru că vă va învăţa să aveţi o obiectivitate sănătoasă, care vă va aduce înţelesul simbolic al evenimentelor, al oamenilor şi al încercărilor, şi în mod special, înţelesul încercării, poate celei mai dureroase, a bolii. Vederea simbolică vă permite să vedeţi spiritul vostru şi potenţialul său fără limite de a vindeca şi de a fi întreg.

Oamenii care participă la seminariile şi conferinţele mele sunt diverşi: sunt profesionişti în domeniul sănătăţii sau oameni care caută ajutor pentru propria lor sănătate, ori sunt oameni care doresc să devină diagnosticieni intuitivi. Totuşi, ei împărtăşesc aceeaşi dorinţă de a înţelege puterea spiritului lor. Vor să dezvolte o claritate internă, propria voce intuitivă. Doctorii care vin la seminariile mele îmi spun despre frustrările lor atunci când au impresia că o cauză emoţională sau chiar spirituală stă la baza bolii pacientului, dar că nu au libertatea de a face un diagnostic spiritual, pentru că ideile spirituale nu sunt recunoscute în ştiinţa convenţională. Mulţi doctori îşi reţin impresiile intuitive pentru că, aşa cum s-a exprimat cineva „bănuiala şi dovada nu sunt încă compatibile cu cerinţele companiilor de asigurări de sănătate”.

Un alt doctor mi-a spus: „N-am nevoie de intuiţie medicală. Am destulă. Vreau să învăţ

despre tiparele familiale şi problemele spirituale mai adânci ale pacienţilor mei, pentru că ştiu că aceasta este informaţia pe care trebuie să o vindece. Au nevoie de ceva mai mult decât de medicamentele care doar ascund simptomele pentru o perioadă de timp”. Dorinţa pentru un context spiritual şi o interpretare a vieţii este universală. Cred că limbajul energiei şi practica vederii simbolice poate ajuta în crearea unei legături peste golul dintre medicina convenţională şi vederile spirituale despre sănătate şi vindecare.

Fără îndoială, când am început să intuiesc prezenţa bolilor, aşa cum am menţionat mai devreme, am fost speriată şi chiar deranjată de propria mea lipsă de context medical şi spiritual. Aşa că, în primii doi ani am reţinut mult din informaţiile pe care le percepeam. Mi-am limitat sprijinul în a-i ajuta pe oameni să-şi interpreteze stresul emoţional, psihologic şi spiritual, precum şi factorii care stau la baza dezvoltării bolilor. Nu am discutat despre tratamente medicale specifice sau despre proceduri chirurgicale, ci, în loc de asta, am trimis clienţii la doctorii pe care îi cunoşteam. Totuşi, în 1984, când l-am întâlnit pe C. Norman Shealy, M.D., Ph. D. am început un training intensiv cu el în anatomia corpului uman. Vorbind cu el şi prin el pacienţilor lui despre vieţile şi bolile lor, am fost capabilă să-mi rafinez înţelegerea impresiilor pe care le primeam. Aceasta mi-a dat încrederea şi siguranţa de care aveam nevoie pentru a permite talentului meu să se maturizeze, deşi, nici acum nu tratez clienţii mei, ci doar încerc să îi ajut să înţeleagă cauzele

spirituale care stau la rădăcina crizelor emoţionale sau fizice.

De-a lungul anilor de colaborare cu Norm, care a devenit colegul meu medical şi bun prieten, am învăţat că acest talent are cea mai mare valoare în stadiile de dinainte ca boala fizică să se dezvolte. Înainte de instalarea bolii, apar indicatori energetici precum o letargie prelungită, oboseală, depresie, care ne anunţă că ne pierdem vitalitatea. Oamenii în asemenea stadii caută ajutor de la doctorii lor, pentru că ştiu că nu se simt bine pentru că există o pierdere de energie în corpul lor. Dar, bineînţeles, în mod frecvent, analizele medicale nu arată că ceva ar fi în neregulă, pentru că ele nu pot înregistra încă nimic la nivel fizic. Analizele convenţionale medicale nu pot măsura pierderea energetică şi cei mai mulţi doctori nu dau credit ideii de disfuncţie energetică.

Cu toate acestea, boli noi, şi care lasă doctorii fără replică, tot apar, boli care nu răspund la tratamente medicale convenţionale. Unele dintre ele, cum ar fi SIDA, poate fi diagnosticată prin metodologia medicală convenţională, în timp ce altele par că se dezvoltă ca un rezultat al ritmului intens şi la înaltă tensiune al vieţilor noastre şi datorită expunerii constante la energia electromagnetică a computerelor, sateliţilor, telefoanelor celulare şi multor altor obiecte cu care ne supraîncărcăm mediul înconjurător. Boli precum oboseala cronică sau deficienţe de mediu sunt în prezent boli „neoficiale”; după standardele medicale convenţionale, le lipseşte o cauză

microbiană identificabilă. Cu toate acestea sunt cele mai oficiale boli, într-o definiţie energetică, ale disfuncţionalităţilor energetice, pentru că simptomele lor indică faptul că pacientul experimentează o pierdere de putere în câmpul său energetic.

Intuiţia medicală poate ajuta doctorii care înţeleg corpul uman ca fiind atât un sistem fizic, cât şi un sistem energetic ce are un context spiritual pentru experienţa umană, să identifice starea energiei unei boli fizice şi să trateze atât cauza de la bază, cât şi simptomele. Tratamentul în câmpul energetic poate include multe terapii, cum ar fi consilierea psihologică, acupunctura, masajul şi homeopatia. Ingredientul esenţial pentru vindecarea energetică rămâne, totuşi, implicarea activă a pacientului. Indiferent cât de urgent te avertizează un intuitiv despre probabilitatea unei boli, avertismentele nu vindecă. Acţiunea da.

Nimic nu m-ar încânta mai mult decât să vă transmit talentul meu intuitiv prin cărţile şi seminariile mele. Însă, numai prin ani de practică vă veţi putea dezvolta intuiţia. „Reşedinţa Intuiţiei" pe care am realizat-o împreună cu Norm, neurochirurg care a absolvit la Harvard şi fondator al Asociaţiei Americane de Medicină Holistică, mi-a dat capacitatea de a lucra ca profesionist. Oricine poate beneficia urmând învăţăturile acestei cărţi şi îşi poate îmbunătăţi claritatea intuitivă, dar, pentru că este atât de esenţial un program la domiciliu în dezvoltarea completă a intuiţiei, intenţionăm, Norm şi cu

mine, să ajutăm în viitorul apropiat studenţii în programele lor rezidenţiale la centrele de sănătate holistică din toată ţara. Norm şi cu mine avem un program asupra ştiinţei intuiţiei, pe care îl realizăm la ferma sa din Springfield, Missouri, program cure urmăreşte să înveţe oamenii cum să folosească intuiţia ca o parte normală a aptitudinilor lor de percepţie.

Ideea unui program de rezidenţial în medicina intuitivă ar fi părut scandaloasă acum zece ani. Cu toate acestea, societatea a devenit din ce în ce mai deschisă faţă de tratamentele cure folosesc cunoaşterea străveche a curgerii energiei prin şi în jurul corpului uman, inclusiv acupunctura, presopunctura şi chi kung-ul, printre altele. Aşa cum scria Larry Dossey, M.D. în *Sensul şi medicina* (Meaning and Medicine), avem nevoie să practicăm terapii din „Era a III-a a medicinii", terapii care să combine interpretările spirituale şi fizice, holistice şi alopate asupra vindecării fizice şi emoţionale. Nu mă pot abţine să nu simt că diagnosticienii intuitivi vor deveni, până la urmă, membri esenţiali ai unei echipe de îngrijire a sănătăţii, atât în ţara aceasta, cât şi peste tot în lume.

Lumea medicală convenţională se găseşte la marginea recunoaşterii legăturii dintre energie sau disfuncţii spirituale şi boli. Este inevitabilă trecerea liniei de demarcaţie care separă corpul şi spiritul, dar, între timp, noi ne putem ajuta pe noi înşine, construindu-ne 12 poduri de legătură cu spiritul nostru, învăţând limbajul energiei şi abilităţile vederii simbolice. Prin această carte

sper ca voi să învăţaţi să vă gândiţi la voi înşivă în limbaj energetic, un limbaj la fel de viu precum vă vedeţi corpul fizic, şi că veţi începe să aveţi grijă de spiritul vostru, la fel de conştient precum aveţi grijă de corpul vostru fizic.

INTRODUCERE
Scurtă istorie personală

Participanţilor la seminariile mele le spun astfel: urmează să vă iau într-o lume care există „în spatele ochilor mei”. Dar, dacă dumneavoastră vă voi povesti mai întâi despre seriile de momente de trezire care m-au condus către această perspectivă personală, dacă mai întâi vă voi prezenta acei mulţi oameni şi acele evenimente care m-au condus de-a lungul anilor pentru a deveni un diagnostician intuitiv, s-ar putea să deveniţi şi mai conştienţi de propria voastră călăuzire interioară.

Puncte de răscruce

Tot ce are valoare – profesională, personală şi spirituală – pentru mine, am învăţat din munca mea în calitate de diagnostician intuitiv. Totuşi, în timpul studenţiei mă îndreptam spre o cu totul altă direcţie. Studiam jurnalismul, având o mare ambiţie, astfel că în primul an de facultate am decis că trebuie să câştig Premiul Pulitzer (cel mai important premiu pentru Jurnaliştii din SUA – n.t.) înainte de a împlini vârsta de treizeci de ani. Problema cu acest ideal, pe care am descoperit-o în timp ce lucram la primul meu serviciu la un ziar, a fost că îmi lipsea talentul necesar pentru a fi un reporter de succes în presa scrisă.

Am părăsit ziarul, dar nu puteam accepta că singurul meu vis legat de cariera de a fi scriitoare urma să nu se împlinească. Neavând niciun alt vis de rezervă, am căzut într-o depresie otrăvitoare,

clasica „noapte întunecată a sufletului”. Au urmat cele mai rele luni în care dimineaţa mă trezeam târziu, apoi stăteam pe podeaua biroului de-acasă holbându-mă la articolele de revistă scrise pe jumătate.

Într-o dimineaţă, de-abia ce mă trezisem, fiind în starea dintre somn şi trezire completă, când, am fost copleşită de senzaţia că am murit şi că doar îmi aminteam de această viaţă. Am fost chiar plină de recunoştinţă că viaţa mea se sfârşise. Dar, când am deschis ochii şi am înţeles că eram încă foarte vie, mi s-a făcut rău şi mi-am petrecut dimineaţa vomitându-mi dezamăgirea. Epuizată, m-am întors în pat şi am încercat să fac o analiză de identificare a locului unde greşisem în calculele mele de planificare a vieţii. În acel moment a explodat în mintea mea o amintire despre o temă pe care o primisem la cursul de jurnalism.

Profesoara mea de jurnalism a subliniat de foarte multe ori importanţa obiectivităţii în reportajele scrise. Obiectivitatea, spunea ea, înseamnă să te păstrezi detaşat, din punct de vedere emoţional, de subiectul pe care îl relatezi şi să cauţi numai „faptele” care descriu o situaţie. Ne-a cerut să ne imaginăm că luase foc o clădire şi că patru reporteri, fiecare stând în colţuri diferite, relatau povestea. Fiecare reporter avea o imagine diferită asupra aceluiaşi eveniment. Fiecare ar fi intervievat oamenii aflaţi în zona sa. Întrebarea pe care ne-a pus-o profesoara a fost: care reporter surprindea faptele adevărate şi avea cea mai corectă perspectivă? Ceea ce înseamnă: care

reporter vedea adevărul?

Dintr-odată, această simplă temă veche de ani de zile a căpătat un înţeles simbolic imens. M-am gândit că, probabil, „adevărul” şi Realitatea” sunt, de fapt, numai o problemă de percepţie. Poate că privisem viaţa doar cu un ochi, văzând clădirea doar dintr-un colţ şi împărtăşind altora cărora le lipsea, de asemenea, percepţia profundă. Am înţeles că trebuia să-mi deschid şi celălalt ochi şi să părăsesc acel colţ.

Atunci, mintea mea extenuată şi plină de frustrări a mai făcut un salt înapoi. În anul în care am terminat liceul, am plecat din oraşul natal, Chicago, pentru a munci, pe timpul verii, în Alaska. Am călătorit cu nişte buni prieteni până la Seattle, unde ne-am urcat într-un feribot, îndreptându-ne spre Haines, o călătorie de trei zile. Niciunul dintre noi nu a dormit în tot acel timp aşa că, atunci când am ajuns, vedeam dublu de oboseală.

Am fost întâmpinaţi de un om care ne-a dus cu un microbuz până la hotel. Am intrat în camera noastră şi ne-am prăbuşit pe pat, toată lumea căzând instantaneu într-un somn adânc, mai puţin eu Eram prea surescitată, aşa că, am ieşit din hotel şi am pornit-o prin oraş. Şoferul microbuzului m-a văzut, a oprit maşina şi m-a întrebat unde mă duc. I-am spus că voiam să mă plimb. Atunci mi-a spus să urc în maşină, ceea ce am şi făcut, şi m-a lăsat în faţa unei clădiri de lemn, cu două etaje, spunându-mi: „Du-te la etajul doi. Numele femeii care locuieşte acolo este Rachel. Du-te şi vorbeşte cu ea şi după aceea o să

vin să te iau.”

În Chicago, o asemenea purtare ar fi considerată, în ziua de azi, de-a dreptul periculoasă. Dar, la vremea aceea, capacitatea mea raţională era eclipsată de epuizare şi de fascinaţia faţă de Alaska. Aşa că, am făcut exact cum mi-a sugerat şoferul, am urcat scările şi am bătut la uşă. Rachel, o indiancă având înjur de optzeci de ani, a deschis uşa şi a spus: „Intră, îţi fac un ceai.” Aceasta era ospitalitatea alaskiană, plină de o politeţe graţioasă, încrezătoare şi caldă. Femeia nu părea surprinsă să mă vadă, şi nici nu se purta ca şi cum îşi impunea ceva. Pentru ea era o experienţă obişnuită ca cineva să vină la un ceai şi la o conversaţie. Cum stăteam aşa visătoare în casa lui Rachel, mă simţeam de parcă eram între două lumi diferite. Jumătate din apartament era decorat cu obiecte din Rusia, icoane ale Madonei în Negru / Black Madonna, un samovar în care Rachel pregătea ceaiul, draperii de dantelă ruseşti. Cealaltă jumătate era în pur stil Athabascan Indian, inclusiv un mic stâlp-totem şi o pătură indiană care atârna pe perete.

În timp ce Rachel avea grijă de samovar, a observat că mă uitam la totem.

— Ştii cum să citeşti un totem?

— Nu. Nu ştiam că poţi citi unul, i-am răspuns.

— Oh, desigur. Totemurile sunt afirmaţii spirituale despre păzitorii unui trib. Uită-te la acela. Animalul din vârf este un urs. Asta înseamnă că spiritul ursului, puternic, iscusit în prinderea prăzii, dar niciodată ucigând doar

pentru a ucide, ci numai pentru protecţie, şi având nevoie de lungi perioade de somn pentru a-şi recupera forţa, este spiritul care conduce tribul nostru. Noi trebuie să imităm acel spirit.

Auzind aceste cuvinte, m-am trezit. Eram în prezenţa unei bune profesoare şi acest fapt îmi trezea atenţia instantaneu.

Rachel mi-a spus că era jumătate rusoaică şi jumătate indiancă Athabascan şi că trăia în Alaska dinainte ca aceasta să devină un stat. Pe măsură ce mi-a împărtăşit, deşi foarte pe scurt, trecutul ei şi tradiţiile spirituale Athabascan, mi-a schimbat viaţa pentru totdeauna.

— Vezi pătura aceea de pe perete? Este una foarte specială, în cultura Athabascan să fii un confecţioner de pături sau un compozitor sau să ai orice ocupaţie este o mare onoare. Trebuie să ai permisiunea unui compozitor pentru a-i cânta cântecele, pentru că acele cântece conţin spiritul lui. Iar când faci pături îţi este interzis să începi a ţese pătura dacă nu ştii că vei trăi cel puţin atât timp cât să o termini. Dacă afli că trebuie să mori, atenţie, că trebuie să mori, trebuie să faci un ceremonial cu cineva care acceptă să termine sarcina aceasta pentru tine, pentru că nu poţi lăsa o parte neterminată a muncii tale înainte de a muri. Altfel, laşi în urmă o parte a spiritului tău.

Acea pătură era aproape terminată când Marele Spirit a apărut în visul femeii care o ţesea şi i-a spus să se pregătească să părăsească pământul. A întrebat Spiritul dacă poate trăi suficient cât să termine pătura, iar Spiritul i-a spus că da, i se va da mai mult timp. A murit la

două zile după ce a terminat această pătură. Spiritul ei din această pătură este bun şi puternic şi îmi dă tărie.

— Viaţa este simplă, a spus Rachel. Ne naştem pentru a avea grijă unul de altul şi de Pământ. Apoi, primeşti veste că ţi s-a sfârşit timpul şi trebuie să faci toate aranjamentele necesare pentru plecare, nelăsând în urmă nicio afacere neterminată. Trebuie să îţi ceri iertare, să predai responsabilităţile tale tribale şi să accepţi mulţumirile şi iubirea din partea tribului tău pentru tot timpul pe care l-ai petrecut alături de ei. Simplu.

Rachel a făcut o pauză în care a turnat ceaiul în ceşti, apoi a reînceput.

— Mâine seară mă voi duce la o ceremonie, o ceremonie potlatch. Un bărbat se pregăteşte să plece de pe Pământ şi va da tribului tot ceea ce îi aparţine. O să-şi aşeze hainele şi uneltele într-un vas mare. Tribul va accepta simbolic averea lui, ceea ce înseamnă că el va fi eliberat de orice responsabilităţi tribale, astfel încât spiritul său să îşi termine munca. Apoi, ne va părăsi.

Rămăsesem mută de seninătatea lui Rachel şi de atitudinea ei realistă, în special de calmul ei faţă de moarte. Unde era toată frica de moarte cu care eram obişnuită în cultura mea? Rachel a spulberat întreaga mea lume aşa cum o înţelegeam eu şi, în particular, conceptul meu despre dimensiunea spirituală a vieţii sau despre Dumnezeu, deşi ea era o persoană obişnuită precum o ploaie de vară. Mi-am dorit să desfiinţez adevărurile pe care mi le oferise, numindu-le

credinţe primitive, dar instinctul îmi spunea că ea cunoştea un Dumnezeu mult mai real decât al meu.

— Cum o să moară acest om? Este bolnav? am întrebat.

— Oh, a fost la vraci şi acesta s-a uitat la energia lui. Energia lui i-a comunicat vraciului ce se întâmpla cu el.

— Cum poate şti vraciul asemenea lucruri?

Rachel a părut şocată de ignoranţa mea. S-a uitat drept în ochii mei şi mi-a spus:

— Spune-mi, cum de tu nu ştii asemenea lucruri? Cum poţi trăi fără să ştii ce face spiritul tău şi ce îţi spune spiritul tău?

— Toţi merg la vraci pentru a afla ce le spune spiritul. Cu ani în urmă, vraciul mi-a spus: „În curând îţi vei rupe un picior, dacă nu vei păşi mai bine”. Am ştiut că nu se referea la mersul meu fizic. Se referea la faptul că nu eram cinstită pentru că îmi doream bărbatul altei femei. Trebuia să nu mă mai întâlnesc cu acel bărbat niciodată. Era greu pentru mine, pentru că îl iubeam. Dar spiritul meu devenea bolnav din cauza necinstei mele. Am plecat din locul ăsta pentru o perioadă de timp şi când m-am întors, mergeam drept.

Mi-am dorit foarte mult să rămân cu Rachel pentru un timp şi să învăţ mai multe de la ea. M-am oferit să-i fac curat în casă, dar când a venit şoferul să mă ia, m-a trimis cu el şi nu am mai văzut-o niciodată. Pe când mă urcam în maşină, şoferul mi-a spus: „E tare, nu-i aşa?”

În toamnă, când m-am întors acasă din Alaska, m-am întors cu corpul, fără spiritul meu

care a rămas acolo. Mi-au trebuit luni de zile să le reunesc. Înainte de întâlnirea cu Rachel nu luasem în considere puterea spiritelor noastre aşa cum mi-o descrisese ea. Nu mă gândisem niciodată că ne ţesem spiritul în tot ceea ce facem şi în orice persoană pe care o întâlnim. Nici că alegerile din viaţa mea reprezentau spiritul meu sau că îmi afectau sănătatea.

Acum înţeleg povestea vindecării emoţionale şi fizice a lui Rachel ca pe un bun exemplu despre cum poate folosirea vederii simbolice să schimbe viaţa noastră. Deşi nu ştiam la acea vreme, acea după amiază petrecută cu ea a fost introducerea mea în intuiţia medicală. Şi, cu toate că nu urma să-mi încep munca în acest domeniu decât opt ani mai târziu, amintirea ei m-a scos din depresia legată de ziar şi m-a aşezat pe un alt curs. Am decis să studiez teologia, sperând că aceasta îmi va oferi o perspectivă mai largă, asemănătoare cu a lui Rachel, şi mă va ajuta să ies din colţul meu de stradă, din prejudecăţile şi limitările mele mentale. Poate că Dumnezeu pe care credeam că îl cunosc nu era chiar acel Dumnezeu din realitate, de vreme ce, în mod clar, nu răspundea rugăciunilor mele de a deveni scriitoare. Poate că Dumnezeu, pe care încă nu-l cunoşteam, urma să se dovedească mai inimos.

Am terminat şcoala într-o stare de criză, simţindu-mă fără putere pentru prima oară în viaţă. Totuşi, mi-am dat lucrarea de diplomă cu analiza misticismului şi schizofreniei – nebunia întâlnită pe drumul către sănătatea spirituală. Mai târziu, am ajuns să înţeleg că însuşi sentimentul

meu de lipsă de putere m-a împins să studiez puterea, căci vieţile misticilor sunt lecţii despre comportamentul şi lipsa de putere fizică, emoţională şi spirituală, urmată de o renaştere într-o nouă relaţie cu puterea. În spatele uşilor închise, trecând prin angoase şi extaz, misticii dobândesc acces la spirit, un acces atât de profund încât devin capabili să respire o energie ca un fel de electricitate Divină în cuvintele şi în acţiunile lor obişnuite. Ei devin capabili să-i vindece pe alţii prin actele lor de pură iubire, iertare şi credinţă.

Unii dintre cei mai cunoscuţi mistici din cultura creştină, Sfântul Francisc de Assisi, Sfânta Clara de Assisi, Iulian din Norwich, Sfânta Tereza din Avila, Sfânta Caterina din Siena, şi mai contemporanul Padre Pio, sunt într-un continuu dialog cu Dumnezeu, trăind în claritate mult dincolo de conştiinţa obişnuită. Lumea „din spatele ochilor lor” este infinit mai reală decât cea din faţa ochilor lor. Percepţiile misticilor despre realitate şi putere sunt diferite de cele ale oamenilor obişnuiţi. În limbaj creştin, misticii „sunt în lume, dar nu din lume”. În limbaj buddhist sau hindu ei sunt detaşaţi de iluziile lumii fizice; ei pot vedea simbolic, cu claritate, pentru că ei sunt treziţi. (Cuvântul buddha înseamnă „acela care este treaz”). Deşi calea spirituală pentru atingerea acestui grad de conştiinţă şi claritate poate fi foarte grea, indiferent câte mizerii fizice au întâlnit aceşti mistici de-a lungul ei, niciunul nu a cerut vreodată să se întoarcă la conştiinţa obişnuită.

În felul meu de a folosi intuiţia şi vederea simbolică pentru a ajuta oamenii să înţeleagă de ce devin bolnavi, mă opresc mereu la vieţile misticilor, în special la tema relaţiei individuale cu puterea. Pe când eram la început, încă nu făcusem legătura dintre boală, vindecare şi puterea personală, dar acum cred că puterea este fundaţia sănătăţii. Obiectivitatea mea, perspectiva mea simbolică asupra vieţii, mă ajută să evaluez relaţiile oamenilor cu puterea şi cum poate aceasta să influenţeze corpurile şi spiritele lor.

Acum folosesc limbajul lui Rachel pentru a spune oamenilor că şi-au ţesut spiritul în lucruri negative şi că, pentru a-şi redobândi sănătatea trebuie să se retragă pentru un timp, să-şi aducă spiritul înapoi şi să înveţe să meargă din nou drept. Dacă am urma aceste simple instrucţii, ne-am vindeca, pentru că spiritele noastre conţin vieţile noastre şi alegerile din viaţa noastră. Într-adevăr, ne ţesem spiritul în evenimentele şi relaţiile din viaţă. Viaţa este atât de simplă.

Ucenicia în intuiţie

Privind la ultimii paisprezece ani, înţeleg acum că fusese Aranjat un anume program al educaţiei mele, unul direcţionat Altfel încât să mă înveţe cum să interpretez limbajul energiei pentru diagnostice intuitive. Din 1983 până în 1989, când eram doar o ucenică, am fost ajutată de sincronicităţi extraordinare care m-au învăţat tot ce trebuia să ştiu.

La început am observat că întâlneam grupuri

de oameni care eu toţii se luptau cu aceeaşi formă de boală. Într-o singură săptămână trei oameni m-au contactat având acelaşi tip de cancer. Câteva săptămâni mai târziu primeam telefoane de la alţi trei oameni care sufereau de migrene. Apoi am întâlnit grupuri de oameni cu diabet, cancer la sân, probleme de colon, cancer la prostată, prolapsul valvei mitrale, depresie şi numeroase alte probleme. Înainte de a lua decizia să accept intuiţiile mele, oamenii cure mă contactau nu arătau ca aparţinând unui anumit tipar.

Simultan, calitatea informaţiei pe care o primeam a crescut. A început să îmi arate cum stresul emoţional, psihologic şi fizic din vieţile subiecţilor contribuise la dezvoltarea bolii lor. La început doar înregistram impresia pe care o primeam pentru flecare persoană, negândindu-mă să compar tiparele de stres între ele. Totuşi, într-un final, am început să înţeleg că nicio boală nu se dezvolta la întâmplare şi am revăzut cazurile anterioare pentru a descoperi tipare emoţionale şi psihologice care au precedat bolile respective. Până în 1988 am devenit capabilă să identific tiparele de stres emoţional, psihologic şi fizic pentru aproape o sută de diferite boli. Aceste tipare s-au dovedit valide şi folositoare pentru mulţi doctori şi alţi profesionişti în domeniul medical cărora le-am predat.

Întâlnirea cu Norm Shealy a fost un alt eveniment extraordinar. Dincolo de faptul că este neurochirurg, Norm este fondatorul Asociaţiei Americane de Medicină Holistică şi expertul numărul unu al Americii în managementul durerii.

A devenit şi el interesat de subiectele metafizice din anul 1972.

În vara lui '84 am fost invitată să particip la o conferinţă exclusivistă, nu graţie capacităţilor mele intuitive, ci în calitate de editor la Stillpoint, care încă era ocupaţia mea principală. În timpul conferinţei am cunoscut un psiholog, care, aparent fără niciun motiv, indicându-mi-l pe Norm Shealy, mi-a spus: „Îl vezi pe bărbatul acela? Este doctor şi e interesat de diagnosticienii intuitivi.” M-am emoţionat, însă am hotărât să mă apropii de dr. Shealy şi să-i spun că eu sunt un diagnostician intuitiv.

Într-o zi, la prânz, fiind aşezată lângă el, i-am spus că eram capabilă să fac diagnostice la distanţă. Nu părea deloc impresionat de aceasta. Dimpotrivă, a decojit un măr şi m-a întrebat: „Cât de bună eşti?” I-am răspuns că nu eram sigură. Apoi a întrebat din nou: „Poţi să identifici o tumoare la creier, poţi vedea cum se formează boala în corpul unei persoane? Nu am nevoie de cineva care să-mi spună că energia cuiva este joasă; pot vedea şi eu asta. Am nevoie de cineva care să scaneze precum un aparat de raze X.”

I-am spus că eram nesigură de acurateţea mea de vreme ce eram nouă în domeniul acesta, iar el mi-a spus că mă va suna într-o zi, când va avea un pacient despre care să creadă că ar putea beneficia de aptitudinea mea.

În luna următoare, mai 1984, m-a sunat la Stillpoint. Avea un pacient în birou, mi-a dat numele şi vârsta pacientului şi a aşteptat răspunsul meu. Îmi amintesc evaluarea pe care i-

am făcut-o cu răsuflarea tăiată pentru că eram teribil de emoţionată. I-am comunicat impresiile mele în imagini mai degrabă decât în termeni fiziologici. I-am spus doctorului Shealy că am simţit că pacientul lui avea un fel de curgere continuă, ca de ciment, în gât, apoi am comentat că, din punctul meu de vedere, ceva la nivel emoţional a precedat dezvoltarea stării sale fizice. Pacientul, un dependent, era atât de înspăimântat să recunoască starea lui încât devenise incapabil să rostească adevărul. Cuvintele îi îngheţau în gât, Când am terminat, Dr. Shealy mi-a mulţumit şi a închis. Nu am avut habar dacă am făcut o treabă bună decât mai târziu când mi-a spus că bărbatul avea cancer la esofag.

Acesta a fost începutul colaborării mele cu Norm Shealy. Răspunsurile sale complet lipsite de emoţie la evaluările mele s-au dovedit a fi o enormă binecuvântare. Dacă lui i-ar fi păsat de aptitudinile mele, eu aş fi devenit conştientă de mine şi probabil aş fi dorit să-l impresionez, ceea ce, fără îndoială ar fi interferat cu acurateţea mea. Aşa cum era, detaşarea lui m-a ţinut obiectivă şi clară. Aşa cum am învăţat de la profesoara mea de jurnalism şi aşa cum îi învăţ acum pe alţii, detaşarea este esenţială pentru a obţine o evaluare corectă. Nimic nu cauzează mai multe interferenţe decât nevoia de a avea dreptate sau de a dovedi că poţi face o evaluare intuitivă.

În următorul an, Norm m-a ajutat să studiez anatomia umană şi m-a sunat de mai multe ori pentru a-i evalua pacienţii. Cu fiecare pacient, evaluările mele deveneau din ce în ce mai corecte

din punct de vedere tehnic. În loc de a primi imagini vagi ale organelor corpului, curând am început să recunosc şi să disting exact vibraţiile unei anumite bolii şi localizarea ei în corp. Fiecare boală şi fiecare organ pe care le-am învăţat au frecvenţa lor sau tiparul lor vibraţional.

Nu mi-a trecut nicio clipă prin minte atunci că Norm şi cu mine vom lucra vreodată ca o echipă. Deşi eram deja angajată pe calea înţelegerii aptitudinilor mele, investeam încă multă energie în succesul firmei Stillpoint. Apoi, în martie 1985 am întâlnit un bărbat tânăr al cărui curaj de a-şi înfrunta şi vindeca boala mi-a dat şi mie curajul să mă deschid intuiţiilor mele într-un mod nou.

Cât am lucrat cu Norm am devenit mai încrezătoare în capacitatea mea de a identifica boala pe care o simţeam după numele ei, precum şi ceea ce o preceda, stresul energetic. Totuşi, am evitat să-mi conduc clienţii către o anume metodă de vindecare, lăsând aceasta în grija lui Norm. Puţinul pe care îl cunoşteam despre vindecare era limitat la manuscrisele pe care le citeam şi la conversaţiile cu asociaţii mei.

Într-o duminică dimineaţă din martie 1985, am primit un telefon de la un bărbat pe nume Joe, pe care îl cunoscusem când ţinusem o prelegere în Kansas City. Mi-a spus că avea sentimentul că ceva nu era în ordine cu fiul lui, Peter şi m-a întrebat dacă puteam să-i fac o evaluare. Pentru că Peter era deja adult, l-am rugat pe Joe să îl contacteze şi să-i ceară permisiunea pentru ca eu să-i fac acea evaluare. Zece minute mai târziu,

tatăl m-a sunat spunându-mi că Peter era deschis pentru orice tip de ajutor aş fi putut să-i dau. Am întrebat vârsta lui Peter şi când mi-a spus-o, am fost copleşită imediat de senzaţia că are leucemie. Nu i-am spus asta lui Joe, ci l-am rugat să-mi dea numărul de telefon al lui Peter, spunând că vreau să vorbesc direct cu el.

În timp ce îmi notam impresiile pe care le primeam, am înţeles că vibraţia pe care o simţisem nu era de leucemie, dar nu puteam identifica frecvenţa acesteia, pentru că nu o mai întâlnisem înainte. Apoi, dintr-odată am realizat că Peter era HIV pozitiv. Conversaţia cu el a rămas vie în memoria mea pentru că ştiam că şi eu m-aş fi simţit ciudat dacă o femeie străină, de undeva din ţară, m-ar fi sunat şi mi-ar fi spus: „Bună, tocmai ţi-am analizat sistemul energetic şi nu numai că eşti seropozitiv, dar ai început deja să manifeşti SIDA”. De fapt, corpul lui Peter începuse să manifeste simptomele pneumoniei carinii (PCP pneumonia carinii pneumocystis), cea mai obişnuită boală a plămânului asociată cu virusul HN.

Ceea ce i-am spus lui Peter în dimineaţa aceea a fost, de fapt altceva: „Peter, sunt o prietenă a tatălui tău. Şi sunt diagnostician intuitiv”. Apoi am încercat să-i explic, iar în final, i-am spus: „Peter, ţi-am evaluat energia şi tu ai SIDA”. Răspunsul lui a fost: „Iisuse! Caroline, sunt atât de speriat! Am făcut două analize şi la amândouă am ieşit HN pozitiv”.

Vocea sa, felul în care a avut încredere instantaneu, a determinat izbucnirea unei emoţii

în tot corpul meu şi am început să vorbim despre ce se putea face mai departe. Peter mi-a spus că tatăl lui nici nu ştia că este homosexual, cu atât mai puţin că avea SIDA. I-am spus că nu-i voi povesti tatălui său nimic, dar l-am încurajat să fie cinstit în legătură cu viaţa şi cu sănătatea lui. Am vorbit aproape jumătate de oră, şi, imediat ce am închis, m-a sunat tatăl lui şi m-a întrebat despre concluziile mele. I-am spus lui Joe că Peter avea nevoie să vorbească cu el şi că nu mi se părea potrivit să-i împărtăşesc conţinutul conversaţiei mele cu Peter. Mi-a spus: „Ştiu ce nu e în regulă cu fiul meu. Vrea să renunţe la facultatea de drept şi îi este frică să-mi spună”. Nu i-am răspuns nimic şi astfel am încheiat conversaţia.

După douăzeci de minute, Joe mi-a telefonat din nou.

M-am gândit la tot ce este mai rău posibil. Şi dacă fiul meu m-ar suna şi mi-ar spune: „Tată, am SIDA”, mi-am dat seama că tot l-aş iubi.

Sper că vorbeşti serios, pentru că este exact ceea ce vei afla.

Au mai trecut treizeci de minute şi Joe m-a sunat din nou spunându-mi că Peter era pe drum spre casă şi că până la prânz, în următoarea zi, vor ajunge la mine, în New Hampshire. Am fost şocată şi l-am sunat imediat pe Norm.

Împreună cu Norm am creat un program de vindecare pentru Peter care includea o dietă aproape vegetariană, gimnastică aerobică, renunţarea la fumat, folosirea unor pansamente cu ulei de castor aplicate pe abdomen pentru patruzeci şi cinci de minute pe zi şi psihoterapie,

pentru a-l ajuta să se elibereze de secretul de a fi homosexual. Peter a făcut tot ceea ce trebuia făcut pentru a se vindeca, fără să se plângă sau să simtă că vindecarea era un efort. De fapt, chiar avea o atitudine de genul „Asta e tot?”. Mulţi oameni pe care i-aş putea pomeni aici, au început programele lor de vindecare ca şi cum ar fi fost pedepsiţi. Norm şi cu mine am lucrat cu multe persoane, inclusiv cu o femeie care suferea de obezitate, diabet şi dureri cronice. I-am spus despre cum şi-ar putea îmbunătăţi starea sănătăţii imediat schimbându-şi programul nutriţional şi făcând o gimnastică moderată. Răspunsul ei a fost: „Un nu absolut. N-aş putea să fac niciodată lucrurile astea. Nu am niciun strop de voinţă. Ce alte sugestii mai aveţi pentru mine?”. Prin contrast, Peter a acceptat cu recunoştinţă responsabilitatea personală pentru vindecarea sa şi a tratat toate acele cereri pentru vindecare ca şi cum nu ar fi fost un efort. Şase săptămâni mai târziu, testul de sânge a arătat că era HIV negativ. Peter este acum avocat şi a rămas HIV negativ până în prezent.

După toate acestea, Norm şi cu mine am scris acest studiu de caz în prima noastră carte: SIDA: un pasaj de trecere către transformare (Stillpoint, 1987). Ca o consecinţă a muncii cu Peter, am început să ţinem seminarii şi cursuri pentru persoanele HIV seropozitive sau care făcuseră deja SIDA, având deplină încredere că dacă o persoană a putut să se vindece, atunci şi alţii ar putea s-o facă.

De la hobby la profesie

Vindecarea spectaculoasă a lui Peter de o boală considerată terminală mi-a adus numeroase invitaţii să ţin conferinţe şi în străinătate pe subiectul SIDA şi al vindecării în general. Cazul lui a fost un punct de cotitură pentru mine şi m-a condus spre începerea unei analize asupra originii bolilor, cum şi de ce se dezvoltă ele; ce înseamnă să vindeci o boală; şi de ce unii oameni se vindecă şi alţii nu. Am început în mod special să mă întreb ce ar putea predispune o întreagă cultură la o epidemie. Care factori de stres emoţional sau fizic pot declanşa o reacţie chimică a unui grup conducându-l spre boală.

Într-o gândire simbolică, aproape că puteam vedea manifestările SIDA ca fiind o boală globală. Boala de plămâni pneumonia carinii pneumocystis ar putea fi un simbol al distrugerii pădurilor tropicale din care Pământul extrage cea mai mare cantitate de oxigen. În mod similar, Sarcomul Kaposi, leziunile canceroase ale pielii care apar la numeroşi pacienţi bolnavi de SIDA, este un simbol al distrugerii suprafeţei naturale a pământului, poate cel mai spectaculos prin testarea armelor nucleare, dar şi prin reziduurile toxice şi alte forme de poluare. Şi, în final, sistemul imunitar uman ar putea reprezenta stratul de ozon, care este acum la fel de fragil ca şi un pacient bolnav.

Unii oameni au considerat cazul lui Peter ca fiind un miracol, insinuând că el ar fi primit de la Dumnezeu un har special care l-a ajutat să se vindece şi fără de care nu s-ar fi făcut niciodată bine. Chiar şi dacă ar fi fost aşa, tot trebuie să ne

întrebăm: Care sunt condiţiile necesare pentru ca un miracol să se întâmple? Cred că ţesuturile noastre celulare conţin tiparele vibraţionale ale atitudinilor noastre, ale sistemelor noastre de credinţă, ale convingerilor noastre şi că prezenţa sau absenţa unei anume şi speciale frecvenţe energetice sau a „harului”, o putem activa prin retragerea spiritului nostru din ataşamentele negative.

După cum spune *Un curs în miracole*: „Miracolele sunt naturale. Ceva este greşit atunci când ele nu se întâmplă”. Vindecarea lui Peter a indus în mine descoperirea că ceea ce facem interferează cu energia care face miracolele să se întâmple.

De exemplu, poţi fi vegetarian şi să alergi şase mile pe zi, dar dacă eşti prins într-o relaţie abuzivă, sau îţi urăşti serviciul sau ai certuri zilnice cu părinţii, pierzi energia – sau puterea – într-un tipar comportamental care te conduce către boală sau care împiedică vindecarea de o boală. Pe de altă parte, dacă eşti axat pe spiritualitate şi îţi reţii energia de la credinţe negative, poţi mânca şi hrană de pisici şi tot rămâi sănătos.

Vă rog să înţelegeţi că nu propovăduiesc ideea că, dacă aveţi un regim alimentar nesănătos şi evitaţi exerciţiile fizice numai aceştia sunt factorii care vă vor menţine bolnavi. Şi nici nu spun că un angajament pe calea spirituală pentru a deveni conştient spiritual vă garantează sănătatea. Totuşi, vă va îmbunătăţi viaţa şi înţelegerea de sine şi va aranja totul astfel încât

să maximizeze vindecarea, fie ea spontană sau graduală, fizică sau spirituală.

Cu cât am ajuns să înţeleg mai bine relaţia dintre dinamicile noastre interioare şi calitatea sănătăţii şi a vieţii noastre în general, cu atât mai mult am simţit o dedicare faţă de munca mea ca intuitiv. Norm şi cu mine am continuat munca de cercetare şi, în 1988, am publicat descoperirile noastre despre motivele emoţionale şi psihologice care preced dezvoltarea bolilor în cartea *Crearea Sănătăţii* (Stillpoint, 1988).

Ultima cotitură

Puţin după ce am terminat această carte, am suferit un accident în care am sângerat foarte mult. Lovitura a transformat sângerarea nazală într-o masivă hemoragie. În ambulanţă spre spital, stăteam pe targă, sângerând într-un vas enorm aşezat în poalele mele, altfel, dacă aş fi stat lungită, m-aş fi înecat cu acel sânge, când, deodată, mi-a căzut capul în piept, ieşind instantaneu afară din ambulanţă, zburând deasupra autostrăzii, în timp ce îmi observam prin geam corpul din interiorul ambulanţei şi activitatea frenetică a celor care încercau să mă salveze.

Mă simţeam dintr-odată într-o stare euforică, extrem de uşoară şi vie în vibraţia mea într-un mod în care nu fusesem înainte. Mi-a trecut prin minte că eram în afara corpului meu, poate chiar că murisem. Aşteptam „tunelul” despre care auzisem atât de multe, dar nu a apărut. În loc de

asta, am simţit cum eram trasă departe, dincolo de pământ. Am intrat într-o atare de calm atât de intens încât amintirea aceasta chiar şi acum are un efect puternic asupra mea. Apoi am văzut imaginea lui Norm. Stătea pe o scenă, pregătindu-se să înceapă o prelegere, ţinând în mână un exemplar din *Crearea Sănătăţii*. L-am auzit spunându-mi: „Am crezut că asta trebuia să fie începutul muncii noastre împreună, dar s-a transformat în mod tragic în sfârşitul ei”. Am simţit o dorinţă puternică de a mă întoarce în corpul meu, de a-mi redobândi viaţa fizică şi imediat am perceput că mă duceam în grabă înapoi în corp. După această experienţă m-am întrebat un singur lucru: De ce nu mi-am văzut editura din acea stare în care mă aflam? Am ştiut atunci că trebuia să-mi părăsesc compania şi să urmez intuiţia medicală pentru tot restul vieţii mele.

Ca intuitiv profesionist în domeniul diagnosticării, am lucrat cu mai mult de cincisprezece doctori din toată ţara, inclusiv cu Christiane Northrup, M.D. (Medical Doctor), OB/GYN (Obstetrician/ Gynecologist), una din fondatoarele clinicii de sănătate pentru femei denumită *Femei pentru femei* din Yarmouth, Maine, autoare a cărţii *Corpurile femeilor, înţelepciunea femeilor* (Bantam, 1994). Chris m-a sunat pentru o evaluare a sănătăţii sale în toamna lui 1990 şi după sesiunea noastră m-a chemat să fac evaluări pentru mulţi dintre pacienţii săi. Oportunitatea de a lucra cu Chris şi alţi doctori mi-a atras atenţia asupra maturizării mele ca

intuitiv în domeniul medical. Mi-a dezvăluit că munca mea cu sistemul energetic uman ar putea fi folosită pentru a ajuta doctorii să-i ajute pe alţii.

Din 1990 până în 1992, pentru a-mi dezvolta practica cu doctorii, am condus un număr impresionant de cursuri atât singură, cât şi cu Norm, în Statele Unite, Australia, Europa, Mexic şi Canada. La început ţineam lecţii despre sistemul energetic uman, apoi făceam o evaluare energetică fiecărui participant. Câteodată aceasta însemna că făceam şi câte 120 de evaluări în timpul unui weekend. Deseori terminam un seminar lac de transpiraţie. La sfârşitul unei zile de muncă, eram extenuată. După doi ani de astfel de muncă eram consumată.

Aşa cum de fiecare dată s-a întâmplat în viaţa mea, când am ajuns la limita rezistenţei, s-a deschis o nouă uşă. În februarie 1992 ţineam un seminar în New Hampshire. Grupul tocmai luase prânzul şi eu începusem sesiunea de după amiază aşezându-mă lângă o femeie şi întrebând-o: „Cu ce te pot ajuta astăzi?” Mă aşteptam să menţioneze o problemă de sănătate, ca şi ceilalţi participanţi, numai că, în loc de asta, şi-a încrucişat braţele la piept, m-a privit de parcă aş fi fost un pictor şi mi-a spus: „Nu ştiu. Spune-mi tu. Eu mi-am plătit banii”.

Să spun că m-am umplut de furie ar fi ca şi cum aş spune că era cam rece în Montana pe timpul iernii. Mi-am dorit atât de mult să o iau pe această femeie de acolo şi s-o dau afară pe uşă, încât am suferit o hiperventilaţie. Am inspirat adânc şi am spus: „Ştii, eu am să stau aici lângă

tine până când voi putea găsi un motiv pentru a-ţi mulţumi pentru comentariul tău. Şi s-ar putea să stăm aşa mult timp”. Atmosfera din sală s-a tensionat. Nimeni nu s-a mişcat.

Şi-apoi, am înţeles. Am sărit din scaun şi am anunţat: „Nu voi mai face nicio evaluare nimănui. În loc de asta, vă voi învăţa să vă evaluaţi singuri. Eu sunt una şi, dacă continui în felul acesta, nu voi trăi prea mult. Dacă vreunul dintre voi îşi vrea banii înapoi, vă rog să îi cereţi acum. Altfel, scoateţi-vă caietele pentru că urmează să lucrăm şi urmează să învăţaţi să vă vedeţi corpurile aşa cum le văd eu. Vă voi ajuta mult mai mult dacă vă învăţ cum să identificaţi o problemă în corpul vostru fără să mai fie nevoie de mine”.

M-am uitat la această femeie care acum tremura, şi i-am spus: „S-ar putea ca tocmai să-mi fi salvat viaţa. Îţi sunt recunoscătoare”. Nimeni nu a cerut banii înapoi şi din acea zi am început să predau cum se face o autoevaluare.

Prin toamna lui 1992 discutam cu Norm despre dezvoltarea unui program de antrenament în ştiinţa intuiţiei. Ne-am întâlnit cu un întreprinzător din Olanda care a fost de acord să finanţeze primele etape ale programului nostru şi, în 1993 am început cursurile intensive de predare a intuiţiei medicale, ceea ce a condus până la urmă la scrierea acestei cărţi. Predarea sistemului mi-a oferit privilegiul să ascult multe poveşti de viaţă, pe unele dintre ele prezentându-le în această carte. Printre acestea există poveşti ale unor pacienţi care s-au vindecat singuri, vorbind din perspectivă energetică, evitând dezvoltarea

unei boli fizice sau, din perspectivă fizică, aducând o regresie sau o vindecare unei boli care apăruse deja.

În organizarea acestei cărţi am urmărit consecuţia care a funcţionat cel mai bine pentru mine în timpul predării aspectelor tehnice ale intuiţiei medicale şi ale evaluărilor intuitive asupra sănătăţii. Capitolul I din Partea I prezintă principiile intuiţiei medicale aşa cum le-am cunoscut eu şi oferă instrucţii despre cum se pot aplica.

Capitolul II din Partea I ne prezintă un model complementar şi, cred eu, şi nou despre sistemul energetic uman bazat pe sinteza a trei tradiţii spirituale: învăţăturile hindu despre chakre, înţelesul simbolic al celor şapte taine creştine şi interpretarea mistică a celor zece sefiroţi – ori Copacul Vieţii – prezentaţi în Zohar, cel mai important text al Kabbalei, învăţătura mistică iudaică. Cele şapte chakre, cele şapte taine creştine şi Copacul Vieţii simbolizează cele şapte nivele ale sistemului energetic uman şi cele şapte stadii de dezvoltare umană, ori cele şapte lecţii esenţiale ale căii spirituale universale, ori călătoria eroului, după cum ar descrio Joseph Campbell. Capitolul II este, în multe privinţe, inima acestei cărţi pentru că prezintă un profil spiritual-biologic al sistemului energetic uman.

Capitolul II concluzionează printr-o interpretare extinsă asupra percepţiilor spirituale şi energetice pe care le folosesc în prezent în munca mea. Aceste percepţii vă vor oferi baza pentru învăţarea limbajului energiei şi al vederii

simbolice. S-ar putea să vă ofere ajutor şi în dobândirea unor revelaţii asupra tiparelor energetice ale dumneavoastră înşivă sau ale celor dragi în ceea ce priveşte sănătatea fizică şi spirituală.

În Partea a II-a, de la Capitolul I până la Capitolul VII, veţi citi despre anatomia celor şapte centri de putere din corpul uman, cu o informaţie de bază şi cazuri reale din viaţă care ilustrează cum putem folosi informaţia energetică în dezvoltarea noastră spirituală.

Postfaţa, „Un ghid pentru misticul contemporan”, sugerează cum puteţi aplica vederea simbolică dezvoltării personale şi sănătăţii dumneavoastră.

După cum le spun studenţilor mei la începutul fiecărui curs, luaţi numai ceea ce pare corect şi adevărat inimii voastre.

PARTEA I
Un nou limbaj al spiritului

CAPITOLUL I

Medicina energetică şi intuiţia

Când vorbesc despre intuiţie se întâmplă să dezamăgesc unele persoane deoarece eu cred cu tărie că vederea simbolică şi intuitivă nu este un dar special, ci o aptitudine avându-şi rădăcina în respectul de sine. Dezvoltarea acestei aptitudini – şi a unei aprecieri sănătoase asupra sinelui – devine mai uşoară atunci când puteţi gândi în cuvintele, conceptele şi principiile medicinii energetice. Aşa că, în timp ce citiţi acest capitol, gândiţi-vă să învăţaţi să folosiţi intuiţia ca şi cum aţi învăţa să traduceţi limbajul energiei.

Câmpul energetic uman

Tot ceea ce este viu pulsează de energie şi toată această energie conţine informaţie. Nu suntem surprinşi când practicanţii medicinii alternative sau complementare acceptă acest concept, însă chiar şi unii din cercetătorii fizicii cuantice afirmă existenţa unui câmp electromagnetic generat de procesele corpului biologic. Oamenii de ştiinţă acceptă teoria care afirmă următoarele: corpul uman generează electricitate deoarece ţesutul viu generează energie.

Corpul fizic este înconjurat de un câmp de

energie care se întinde până la dimensiunea braţelor întinse şi pe toată înălţimea corpului. Este atât un centru de informaţii, cât şi un sistem de percepţie foarte sensibil. Suntem „în comunicare” continuă cu tot ceea ce este în jurul nostru prin intermediul acestui sistem care este un fel de electricitate conştientă care transmite şi primeşte mesaje către şi de la corpurile altor oameni. Aceste mesaje de la şi din interiorul câmpului energetic sunt mesajele pe care le percep persoanele intuitive.

Practicienii medicinii energetice susţin că acest câmp energetic uman conţine şi reflectă energia fiecărui individ. Ne înconjoară şi poartă cu noi energia emoţională creată de experienţele noastre, fie ele interne sau externe, pozitive sau negative. Această forţă emoţională influenţează ţesutul fizic din corpurile noastre. În acest fel biografia voastră – care este alcătuită din experienţele de viaţă – devine biologia voastră.

Experienţele care poartă energie emoţională în sistemele noastre energetice includ: relaţiile prezente sau din trecut, atât personale, cât şi profesionale; experienţe şi amintiri profunde sau traumatice; tipare de credinţă şi atitudini, inclusiv toate superstiţiile şi credinţele spirituale. Emoţiile rezultate din aceste experienţe sunt înscrise în coduri în sistemele biologice şi contribuie la formarea ţesutului celular care generează o calitate a energiei ce reflectă emoţiile respective. Aceste impresii energetice formează un limbaj energetic care poartă literal şi simbolic informaţia pe care un diagnostician intuitiv o poate citi.

Iată un exemplu de un tip de mesaj pe care câmpul energetic poate să-l comunice. Să spunem că aţi întâmpinat ceva probleme cu matematica atunci când eraţi în şcoala generală. Faptul că ştii că doisprezece fac o duzină nu afectează în mod normal câmpul energetic astfel încât să altereze ţesutul

Celulelor. Pe de altă parte, dacă ai fi fost umilit de profesor deoarece nu ştiai acel lucru, experienţa ar purta o sarcină emoţională care ar crea o alterare la nivelul celulelor, mai ales dacă ai fi rămas marcat de acea amintire până la maturitate sau dacă ai fi folosit-o drept punct de reper în atitudinea ta faţă de critică, de expresii ale autorităţii, faţă de educaţie sau de eşec.

Un intuitiv ar putea să redea literal imaginea trăirii voastre cu acel profesor sau orice alt simbol negativ legat de acea experienţă. Imaginile pozitive şi energia imaginilor pozitive sunt, de asemenea, păstrate în câmpul energetic.

Gândiţi-vă la o perioadă în care cineva v-a cerut să faceţi bine un lucru sau să vă purtaţi frumos, ori la ajutorul pe care l-aţi dat cuiva. Experienţele pozitive şi negative se înregistrează atât în ţesutul celular, cât şi în câmpul energetic. Aşa cum a dovedit neurobiologul Dr. Candace Port, neuropeptidele - substanţele chimice care sunt activate de emoţii – sunt gânduri convertite în materie. Emoţiile noastre dăinuie fizic în corpurile noastre şi interacţionează cu celulele şi ţesuturile noastre. De fapt, Dr. Port nu mai poate separa mintea de corp, spune ea, deoarece acelaşi tip de celule care produc şi primesc chimia

emoţională în creier, sunt prezente în întregul corp. Uneori corpul răspunde emoţional şi produce reacţiile chimice emoţionale înaintea înregistrării în creier a existenţei vreunei probleme. Amintiţi-vă, de exemplu, cât de repede reacţionează corpul la un zgomot puternic, chiar înainte să aveţi timp să gândiţi.

După cum îi răspunde Dr. Port în *Vindecarea şi Mintea* lui Bill Moyers:

Dr. Port: Este clar că mai există o formă de energie pe care noi încă nu am înţeles-o. De exemplu, există o formă de energie care pare să părăsească corpul atunci când acesta moare... Mintea voastră există în fiecare celulă a corpului vostru.

Moyers: ... Spuneţi că emoţiile mele sunt stocate în corpul meu?

Port: Absolut. Încă nu ai înţeles asta?... Simt încă multe fenomene pe care nu le putem explica fără a ne raporta la energie.

Citirea Câmpului

Pe lângă citirea experienţelor traumatice ale copilăriei, uneori, un intuitiv poate recepta superstiţiile, obiceiurile personale, tiparele comportamentale, credinţele morale, şi chiar preferinţele în literatură sau muzică. În alte ocazii impresiile energetice sunt mai mult simbolice. De exemplu, de la un pacient care avea o dificultate respiratorie, primeam în continuu impresia simbolică a lui fiind împuşcat în inimă de o echipă de puşcaşi. În mod cert, acest lucru nu i se

întâmplase, dar făcuse nenumărate analize şi teste pentru localizarea cauzei ce determina starea sa, însă fără niciun rezultat. După ce i-am povestit cele „văzute” de mine, mi-a povestit că soţia sa îl trădase de câteva ori cu alţi bărbaţi, iar senzaţia împuşcării în inimă era exact aceea pe care o simţea el faţă de acţiunile ei. Prin recunoaşterea acestor emoţii, emoţii pe care încercase să le ignore, a reuşit să îşi redreseze situaţia atât în căsnicie, cât şi starea sănătăţii.

Energia noastră emoţională se transformă în materie biologică printr-un proces deosebit de complex. Aşa cum staţiile radio operează conform unei anumite frecvenţe, fiecare organ şi sistem din corpul uman este calibrat să absoarbă şi să proceseze energii specifice, emoţionale şi psihologice. De aceea, fiecare zonă a corpului transmite energie pe o frecvenţă specifică, detaliată, iar atunci când suntem sănătoşi, toate frecvenţele sunt „acordate”. O zonă a corpului care nu transmite la frecvenţa ei normală indică o problemă. O schimbare în intensitate şi frecvenţă indică o schimbare a naturii şi a gravităţii unei boli şi descoperă tiparul de stres care a contribuit la agravarea bolii.

Acest fel de interpretare a energiei corpului este numit uneori „medicină vibraţională”. El reuneşte cele mai vechi credinţe şi practici medicale, de la medicina chineză până la ingenioasele practici shamanice şi până la leacurile din popor şi terapia alternativă. Adevărul este că medicina energetică nu este nouă; dar eu cred că interpretarea mea asupra ei şi felul în care

se poate folosi pentru a vindeca spiritual, precum şi felul în care se poate folosi de tratamentele medicale contemporane, este unic. Dacă o persoană poate simţi intuitiv că îşi pierde energia din cauza unei situaţii stresante – şi apoi se comportă astfel încât să redreseze pierderea de energie – atunci probabilitatea ca stresul să se transforme într-o criză fizică este mult redusă, dacă nu chiar eliminată complet.

În timp ce eu vă dăruiesc limbajul energiei astfel încât să începeţi să vedeţi şi să simţiţi câmpul energetic uman, să începeţi să înţelegeţi anatomia spirituală corespunzătoare, să începeţi să cunoaşteţi sursele puterii voastre personale, să începeţi să vă dezvoltaţi propria intuiţie, întâmpin o problemă în a vă explica exact cum pot eu recepta energia-informaţie. Şi alţi intuitivi par să aibă această dificultate, însă toţi receptăm informaţia care are cel mai puternic impuls – cea mai mare intensitate. Aceste impulsuri sunt legate, de cele mai multe ori, de o anumită parte a corpului care devine slăbită sau care este bolnavă. Ca şi o regulă, sistemul energetic al unei persoane transmite numai energia care este esenţială, care aduce mintea conştientă la conştientizarea unui dezechilibru sau al unei boli.

Asemenea imaginii „împuşcăturii în inimă”, informaţia simbolică poate fi uneori tulburătoare. Dar această intensitate este necesară pentru ca mesajul corpului să treacă de tiparele obişnuite ale mentalului sau emoţionalului care au cauzat formarea bolii în prima instanţă. Intuitivii medicali cooperează cu intenţia corpului de a-şi redobândi

viaţa şi sănătatea; acesta este adevărul: energia noastră va căuta întotdeauna sănătatea, indiferent de traumele la care ne supunem corpul fizic. De exemplu, dacă minţim, câmpul nostru energetic va încerca să îi comunice celeilalte persoane „faptul energetic" că noi nu spunem adevărul. Energia nu minte şi nu poate minţi.

Rămâneţi la prima impresie

Când primiţi o impresie intuitivă despre voi sau despre persoana pe care o citiţi, fiţi atenţi la orice imagine care apare. Cei mai mulţi oameni caută intuiţii sigure, nu sănătoase, înţelegeri sigure, nu sănătoase, pentru că, de obicei, ei vor să aibă un pasaj sigur înspre viitor, către necunoscut. Astfel că s-ar putea să fiţi tentaţi să respingeţi o imagine care deranjează sau care nu este compatibilă cu dorinţele voastre ori ale persoanei pe care o citiţi. Cele mai multe persoane care vin la mine pentru o evaluare au intuit deja ele însele că ceva nu e în ordine, dar speră că eu voi da acelui sentiment un alt înţeles, cum ar fi „Treci printr-o schimbare naturală a corpului, dar nimic nu este în neregulă cu tine fizic". Numai că este important să le spunem oamenilor adevărul, nu ce vor ei să creadă. A trebuit să confirm mereu impresiile intuitive negative ale celor care îmi căutau ajutorul. Abilităţile lor erau la fel de bune ca şi ale mele; aceşti oameni ştiu că sunt bolnavi. Dar, pentru că eu nu mă tem, intuiţiile mele pot interpreta datele lor mai bine decât o pot face ei înşişi.

Oamenii trebuie să îşi înfrunte fricile. De exemplu, în cazul bărbatului „împuşcat în inimă”, la suprafaţă i se părea mai sigur să evite confruntarea cu soţia sa adulterină şi să rămână doar cu suspiciunile înşelătoriei ei. În loc să se comporte aşa cum îi dicta intuiţia, el şi-a redirecţionat furia şi durerea „dedesubt”, în corpul său, care a manifestat mai târziu dureri în piept. Corpul şi spiritul său se străduiau să îl trezească la adevăr, la nevoia de a se confrunta cu soţia sa, dar ca şi mulţi alţi oameni, el a sperat că, dacă va evita problema, ea va dispărea de la sine. Totuşi, corpul său a adus la lumină adevăratul cost al acestei metode „sigure”: un atac la sănătatea lui. Povestea acestui bărbat ilustrează cât de puternică este de fapt intuiţia şi cum poate ea spulbera orice tipar pentru a ne conduce către vindecare.

Uneori viaţa este dureroasă şi, spiritual, suntem destinaţi să înfruntăm durerea pe care ne-o rezervă viaţa. În lumea occidentală, de multe ori reprezentăm greşit planul lui Dumnezeu destinat nouă şi ne aşteptăm ca viaţa să fie confortabilă şi lipsită de probleme. Măsurăm prezenţa lui Dumnezeu în vieţile noastre după nivelul confortului nostru personal; credem că Dumnezeu este cu noi dacă rugăciunile ne sunt împlinite. Dar nici Dumnezeu, nici Buddha şi niciun alt lider spiritual sau tradiţie nu garantează sau încurajează o viaţă lipsită de durere, învăţăturile spirituale ne încurajează să creştem prin şi datorită experienţelor dureroase, fiecare din ele fiind o lecţie spirituală. Dezvoltarea abilităţii

intuitive ne va ajuta să învăţăm lecţiile corespunzătoare fiecărei experienţe.

Păstrează o stare meditativă a minţii

Nu există nicio formulă prin care să îţi dezvolţi intuiţia. Unii oameni o obţin prin meditaţie sau ca un rezultat al dezvoltării la maxim al unui talent sau al unui sport. Am auzit de multe ori oameni care afirmă că abilitatea intuitivă este rezultatul unui stil de viaţă spiritual, însă acest lucru nu este în totalitate adevărat. Abilitatea intuitivă este prezentă în orişicine pentru că este o unealtă a supravieţuirii şi nu o intenţie spirituală. Păstrarea unei atitudini reflective sau meditative îţi înlesneşte, însă, recepţia intuitivă.

Obiectivitatea te va ajuta să interpretezi impresiile pe care le receptezi şi să le pui într-un context spiritual simbolic.

Obiectivitatea este Cheia

Experienţa m-a învăţat să discern diferenţa dintre impresiile personale şi cele impersonale; indicatorul meu pentru o receptivitate clară şi corectă este lipsa oricărei emoţii. Pentru mine, o impresie clară nu are nicio energie emoţională conectată. Dacă simt o emoţie conectată la acea impresie, consider acea impresie contaminată. Totuşi, persoana pe care o citiţi va simţi oricum o anume sarcină emoţională provenind din impresiile pe care le recepţionaţi.

Pentru mine impresiile nu sunt nici auditive şi nici vizuale. Mai degrabă ele sunt asemenea imaginilor mentale rapide care conţin un curent electric foarte subtil. În timp ce citesc corpul cuiva, mă concentrez pe fiecare centru energetic al acelei persoane şi aştept imaginile. După aproximativ cinci secunde procesul imagistic începe, şi continuă să se desfăşoare până se opreşte de la sine. Timpul de desfăşurare variază de la om la om; evaluarea unor oameni îmi poate lua aproape o oră, pe când pentru alţii îmi trebuie mai puţin de zece minute.

Uneori întâlnesc şi oameni pe care nu îi pot citi sau ajuta. Pot numai să fac presupuneri asupra barierei care mă împiedică să îi citesc. De câteva ori am avut impresia că toate lucrurile pe care le spuneam nu aveau niciun sens pentru ei sau alteori aveam impresia că respectivul om caută numai un anumit tip de răspuns, pe care nu îl puteam da, cum ar fi acela de a-i explica de ce căsătoria lui a fost un eşec. De asemenea, sunt inutilă dacă sunt foarte obosită sau dacă un gând intens personal persistă în mintea mea.

Pe măsuţă ce învăţaţi să citiţi sistemul energetic uman, primul vostru pas este acela de a studia principiile ce stau la baza practicii, iar următorul pas este să dobândiţi ceva experienţă practică. Această carte vă va furniza conceptele teoretice şi câteva din punctele ce trebuie respectate în explorarea propriilor abilităţi intuitive. În dezvoltarea abilităţilor voastre şi în punerea lor în practică în propria viaţă trebuie să vă încredeţi în răspunsul corpului – un subiect pe

care nu îl pot dezvolta atât cât ar trebui.

Primul principiu:
Biografia devine Biologia

Conform medicinii energetice, cu toţii suntem cărţi de istorie însufleţite. Corpurile noastre conţin istoria noastră – fiecare capitol, rând şi vers al fiecărui eveniment şi relaţie din viaţa noastră. În vreme ce vieţile noastre se desfăşoară, sănătatea noastră biologică devine declaraţie biografică ce trăieşte şi respiră, care ne relevă puterea, slăbiciunile, speranţele şi fricile.

Fiecare gând pe care l-aţi avut a călătorit prin sistemul vostru biologic şi a activat un răspuns psihologic. Unele gânduri sunt ca şi încărcăturile de adâncime, ce cauzează o întreagă reacţie în corp. O frică, de exemplu, activează fiecare sistem al corpului: stomacul ţi se strânge, inima bate mai repede şi începi să transpiri. Un gând de iubire îţi poate relaxa întregul corp. Unele gânduri sunt mai subtile, iar altele sunt chiar inconştiente. Multe sunt lipsite de sens şi scop şi trec prin corp precum vântul pe un ecran, nesolicitând nicio atenţie conştientă, iar influenţa lor asupra sănătăţii este minimă. Cu toate acestea, fiecare gând conştient – şi multe altele inconştiente – generează un răspuns psihologic.

Toate gândurile noastre, indiferent de conţinutul lor, intră mai întâi în sistemul nostru ca energie. Acelea care poartă o energie emoţională, mentală, psihologică sau spirituală produc răspunsuri biologice care sunt apoi stocate în

memoria celulară. În acest fel, biografiile noastre sunt imprimate în sistemele noastre biologice gradat, încet, zilnic.

Povestea unui tânăr pacient al lui Norm este un bun exemplu despre cum funcţionează acest proces. Norm m-a sunat pentru o consultaţie telefonică a acestui pacient, un dentist, care nu se simţea bine şi care devenea din ce în ce mai obosit, până la extenuare. Simţea o durere acută în partea dreaptă a abdomenului, şi era foarte deprimat. Oboseala crescândă şi continuă care întrerupe claritatea mentală şi emoţională este un simptom energetic care indică o disfuncţie în corp. Majoritatea oamenilor nu o consideră un simptom deoarece nu doare cu adevărat, fizic. Însă, atunci când extenuarea continuă, chiar şi când respectivul doarme mai mult, corpul încearcă să spună că persoana este bolnavă din punct de vedere energetic. Răspunzând acestui mesaj cât încă este la nivel energetic, poate preveni dezvoltarea bolii.

Depresia este un alt simptom care „spune” că ceva nu este în ordine. În lumea clinică, depresia este considerată în general o tulburare (dezordine) emoţională şi mentală. Însă, o depresie prelungită deseori precede dezvoltarea, faza incipientă a unei boli fizice. În termeni energetici, depresia este o eliberare energetică – sau de forţă de viaţă, dacă vreţi - lipsită de conştiinţă. Dacă energia ar fi ca banii, depresia ar fi ca şi cum ţi-ai deschide portmoneul şi ai anunţa: „Nu îmi pasă cine îmi ia banii sau în ce fel îi cheltuieşte”. O depresie prelungită creează în mod

inevitabil o epuizare cronică. Dacă nu îţi pasă cine îţi cheltuieşte banii sau câţi cheltuieşte, vei ajunge în mod inevitabil falit. Şi fără energie nu îţi poţi susţine sănătatea.

În timp ce Norm îşi examina pacientul, a avut senzaţia că în corpul său se dezvoltă o boală. Deoarece omul acuza durere în zona abdominală, Norm a făcut testele pentru cancer pancreatic, însă ele au ieşit negative. Aşa că m-a sunat pe mine pentru o consultaţie. După cum este obiceiul nostru, mi-a dat numai numele şi vârsta pacientului, nespunându-mi nimic despre durerea simţită de pacient sau despre supoziţiile sale. În evaluarea mea am observat că partea dreaptă a pacientului, în jurul pancreasului emana energie toxică. I-am spus lui Norm că acest om era apăsat de un mare sentiment de responsabilitate şi că acesta devenise stres, angoasă pentru el. Simţea intens că nu putea trăi aşa cum voia; el trăia măcinat de acest sentiment, excluzând aproape orice altă emoţie (desigur, toţi avem sentimente negative, însă nu întotdeauna produc o boală fizică gravă. Pentru a putea determina o boală, negativitatea trebuie să devină emoţia dominantă, aşa cum se întâmplase cu acest tânăr dentist).

După ce am împărtăşit informaţiile acelei evaluări cu Norm, i-am spus că pacientul avea cancer pancreatic. Norm a mărturisit că suspectase deja aceasta, dar toate testele îi ieşiseră negativ. Mi-a zis „la revedere” şi s-a întors la pacientul lui. I-a recomandat dentistului să îşi autoevalueze satisfacţiile pe care i le oferea slujba sa. Bineînţeles, Norm i-a spus să facă câteva

schimbări, să obţină ceea ce îşi dorea. Pacientul a recunoscut că voia să părăsească cariera de dentist, însă simţea că nu poate face altceva din cauza impactului pe care decizia sa l-ar avea asupra celor ce depindeau de el. Norm nu i-a spus că avea înregistrată în corp energia cancerului pancreatic, ci în schimb, a vorbit cu el despre cariera lui şi a încercat să îl ajute să-şi schimbe atitudinea negativă. Din păcate, pacientul nu a putut să urmeze sfaturile lui Norm. El definea responsabilitatea ca pe o obligaţie de a avea grijă de alţii până la excluderea sinelui şi nu putea să re-creeze o viaţă care să includă grija de sine şi realizarea-de-sine, de asemenea.

Două săptămâni mai târziu, doctorul de familie al acestui tânăr a repetat testele pentru cancerul pancreatic. De această dată ele s-au dovedit pozitive. Omul a fost imediat operat, însă a murit la patru luni după intervenţia chirurgicală.

Uneori este nevoie să faci un efort intens pentru a face o schimbare la nivelul minţii care să-ţi permită să te vindeci. Am folosit exemplul dentistului care nu accepta faptul că tristeţea legată de profesia sa şi sentimentul de încătuşare îi schimbau chimia şi sănătatea corpului, deoarece este mai uşor pentru ceilalţi să recunoască acest tipar şi în ei înşişi. Acceptarea ideii că fiecare parte a vieţii tale – de la istoria fizică până la relaţiile tale cu fiecare atitudine, opinie şi credinţă pe care le porţi înăuntrul tău – afectează starea ta biologică este numai o parte din procesul de vindecare. De asemenea, trebuie să ajungi la acea acceptare de a trece de la nivelul mental la cel

fizic în corpul tău, să simţi adevărul visceral şi celular, să crezi în el cu toată fiinţa. Este foarte uşor să înveţi ceva nou şi să aplici această ştiinţă doar din când în când.

Ideea că biografia devine biologia implică faptul că noi participăm într-o anumită măsură în crearea bolilor. Dar – şi acesta este un punct de vedere crucial – nu trebuie să abuzăm de adevăr prin a ne învinui pe noi sau pe pacienţii noştri pentru că am/au ajuns bolnavi. Arareori oamenii aleg conştient să-şi creeze o boală. Mai degrabă boala se dezvoltă ca o consecinţă a tiparelor comportamentale şi a atitudinilor pe care nu le înţelegem ca fiind nocive biologic, până când nu au devenit deja astfel. Numai când boala ne forţează să ne revedem atitudinile începem să înţelegem faptul că atitudinile noastre zilnice de frică sau de amărăciune sunt, de fapt, substanţe negative biologic.

O spun din nou, noi toţi avem sentimente negative, dar nu orice negativitate produce boală. Pentru a crea boală, emoţiile negative trebuie să fie dominante şi ceea ce accelerează procesul este să ştim că acel gând negativ este toxic şi cu toate acestea, să-i permitem să ne pătrundă conştiinţa oricum. De exemplu, s-ar putea să ştiţi că trebuie să iertaţi pe cineva, şi totuşi, decideţi că a rămâne supărat vă dă mai multă putere. Rămânând furios sau supărat în mod obsesiv dă toate şansele creării unei boli, deoarece consecinţa energetică a unei obsesii negative este lipsa de putere. Energia este putere, iar transmiterea energiei în trecut prin scufundarea în evenimente dureroase, vă

stoarce puterea din corp din acest moment prezent, putând conduce la boală.

Puterea este esenţială pentru vindecare şi pentru menţinerea sănătăţii. Atitudinile care generează un sentiment de lipsă de putere nu pot conduce decât spre o apreciere de sine joasă, consumând energia corpului fizic şi slăbind sănătatea la modul general. Astfel, următorul principiu pe care îl vom explora este semnificaţia esenţială a puterii pentru sănătate.

Al doilea principiu:
puterea personală este necesară sănătăţii

Într-o zi, m-a sunat Norm pentru evaluarea unei femei care suferise de depresie şi durere cronică la nivelul gâtului şi spatelui. Norm m-a întrebat dacă am simţit că ar fi benefice pentru ea tratamentele electromagnetice. Am răspuns: „Absolut deloc. Nu are suficientă putere în sistemul ei pentru a beneficia de aceste aparate”.

A fost pentru prima dată când am făcut comentarii cu privire la puterea personală în relaţie cu vindecarea. Norm m-a rugat să elaborez şi de-abia atunci am înţeles ceea ce spusesem. Dintr-odată am avut o percepţie cu totul diferită a sistemului energetic uman ca expresie a puterii personale. I-am explicat lui Norm că atitudinile acestei femei i-au cauzat slăbirea puterii. S-a simţit inadaptată, întotdeauna a căutat aprobare în afara ei şi a avut o frică imensă de a fi singură. Respectul faţă de ea însăşi se bazase doar pe

capacitatea sa de a-i controla pe alţii, în principal proprii copii. Fricile şi imperfecţiunile ei erau ca o gaură neagră, atrăgând magnetic pe oricine, în special copiii, numai pentru a-i zdrobi în cele din urmă. Îşi critica copiii continuu în încercarea de a-i păstra dependenţi de ea, de vreme ce nişte copii slabi nu ar fi capabili să-şi părăsească cuibul. Găsea defecte în tot ceea ce realizau ei, fie la şcoală sau la sport. Pentru că este necesară o imensă investiţie de energie pentru a-i controla pe alţii, şi pentru că ea nu se simţise de fapt niciodată în control, era mereu extenuată. Durerea ei cronică era, de asemenea, rezultatul incapacităţii sale de a-i controla pe alţii. Când ajunsese în cabinetul lui Norm părea deja înfrântă.

Această femeie nu a putut să se împace cu inevitabila părăsire a casei de către copiii ei, deşi a negat că ar fi acţionat altfel decât în interesul acestora. În propria ei înţelegere, fusese o mamă care şi-a sprijinit copiii pentru că le-a pus la dispoziţie o casă curată, mâncare sănătoasă şi îmbrăcăminte decentă. Cu toate acestea, s-a străduit sistematic să le submineze dezvoltarea emoţională, un adevăr pe care ea nu l-a putut accepta.

De vreme ce tratamentele convenţionale medicale nu reuşiseră să o ajute, Norm a considerat că o încercare alternativă, care includea psihoterapia, stimularea craniană prin stimuli electrici şi terapia prin culoare şi lumină, ar fi putut fi o soluţie. Dacă ar fi folosit aceste tehnici, înţelesesem eu atunci, ar fi putut beneficia de ele pentru o săptămână sau o lună, dar nu s-ar

fi obţinut o vindecare totală, până când ea nu ar fi renunţat la dorinţa-lupta ei patologică de a controla.

În acea după amiază am înţeles că pentru a reuşi cu o terapie alternativă, pacientul trebuie să aibă un concept interior despre putere – o capacitate de a genera o energie internă şi resurse emoţionale precum credinţa în faptul că nu are nevoie de altcineva, că el/ea însuşi/însăşi îşi este suficient/ă. Această femeie avea doar un concept exterior despre putere, pe care l-a extras dintr-o sursă externă, copiii săi. Ar fi putut, bineînţeles, să meargă la psihoterapie, dar dacă nu se confrunta cu adevărul despre ea însăşi, nu ar fi obţinut altceva decât să facă o nouă cronică a nemulţumirilor ei, o oră pe săptămână. Nu ar fi avut loc nicio vindecare adevărată. Aşa cum sublinia M. Scott Peck în *Oamenii minciunii şi drumul mai puţin folosit* {*People of the Lie and The Road Less Traveled*), a vedea adevărul despre noi înşine şi a-l admite, adevărul despre rolul nostru în crearea problemelor noastre şi despre cum ne raportăm la alţii este vital pentru vindecare.

Evaluarea acestei femei mi-a oferit înţelegerea rolului puterii în vieţile şi în sistemele noastre energetice. Puterea se află la rădăcina experienţei umane. Atitudinile şi tiparele de credinţe, fie că sunt pozitive sau negative, sunt toate extensii ale modului în care ne definim, folosim sau nu ne folosim puterea. Niciunul dintre noi nu este dincolo de problemele legate de putere. Putem încerca să ne înţelegem şi să ne

împăcăm cu sentimentul de insuficienţă sau de lipsă de putere, ori am putea încerca să menţinem un control asupra oamenilor sau situaţiilor despre care credem că ne oferă putere, am putea încerca să menţinem un sens al securităţii (un sinonim pentru putere) în relaţiile personale. Mulţi dintre cei care pierd ceva care pentru ei reprezintă puterea – bani, slujbă, un joc – sau care pierd pe cineva în care şi-au investit propriul sens al sinelui sau al puterii – soţ sau iubit, un părinte sau un copil – dezvoltă o boală. Relaţia cu puterea este miezul problemei sănătăţii noastre.

Analizaţi primul principiu – biografia devine biologia – împreună cu acest al doilea principiu – puterea personală este necesară sănătăţii. Puterea mediază între lumea noastră interioară şi cea exterioară, şi în timp ce face astfel, comunică într-un limbaj al mitului şi al simbolului. Gândiţi-vă, de exemplu, la cel mai comun simbol al puterii: banii. Când o persoană consideră în sinea sa banii ca pe un simbol al puterii, dobândirea şi controlul banilor devine un simbol pentru sănătatea acelei persoane: când dobândeşte bani, sistemul său biologic primeşte semnale că puterea intră în corpul său. Mintea transmite mesajul inconştient: „Am bani. În consecinţă sunt în siguranţă. Am putere şi totul este bine”. Acest mesaj pozitiv transmis în sistemul biologic generează sănătate. Bineînţeles, a face mulţi bani nu garantează sănătatea, dar sărăcia, lipsa de putere şi boala sunt legate între ele dincolo de orice dubiu. Când aveţi o problemă în a face bani sau când pierdeţi dintr-odată bani, sistemul vostru biologic slăbeşte.

Îmi amintesc de un bărbat care pe la mijlocul deceniului 80 părea că era atins de sindromul Midas (n.t. Midas – personaj mitologic, rege frigian care a dobândit puterea de a transforma totul în aur). Compania lui se dezvolta cu succes, iar el avea energie cât pentru zece. Lucra până târziu, se distra până dimineaţa, apoi apărea la lucru înaintea oricui, întotdeauna vivace, vesel şi deasupra tuturor lucrurilor. Apoi, în octombrie 1987 când s-a prăbuşit bursa, s-a prăbuşit şi compania lui. În câteva luni, sănătatea lui s-a deteriorat. A început să sufere de migrene, apoi de dureri de mijloc şi, până la urmă, de o boală intestinală severă. Nu mai putea tolera munca până târziu şi nici programul lui social, şi s-a retras din toate activităţile care erau în afara celor destinate supravieţuirii imperiului său financiar. Acest bărbat nu era conştient că îşi „calibrase" sănătatea prin a face bani. Dar când s-a îmbolnăvit, a văzut conexiunea imediat. A înţeles că pentru el banii reprezentaseră libertatea şi capacitatea de a duce un stil de viaţă pe care îl visase întotdeauna. Când şi-a pierdut averea şi-a pierdut şi puterea şi în doar câteva săptămâni s-a prăbuşit şi sistemul lui biologic. Cu siguranţă stresul refacerii unei afaceri ar slăbi pe oricine, numai că acest bărbat trecuse prin la fel de mult stres şi atunci când compania lui era înfloritoare, iar acel tip de stres îi conferise putere.

Fiecare dintre noi avem multe simboluri pentru putere şi fiecare simbol are o contraparte biologică. Stomatologul cu cancer pancreatic avea un simbol al puterii în slujba sa. Dar ajungând să-

şi dispreţuiască serviciul, îşi pierdea puterea cu fiecare zi ce trecea. Secarea puterii a creat un răspuns biologic care a continuat până când a condus la crearea unei boli terminale.

Vieţile noastre sunt structurate în jurul simbolurilor puterii: bani, autoritate, titluri, frumuseţe, siguranţă. Oamenii care ne populează viaţa şi alegerile pe care le facem în fiecare moment sunt expresii ale simbolurilor puterii personale. Deseori ezităm să provocăm o persoană despre care credem că e mai puternică decât noi, şi, deseori, suntem de acord cu tot felul de lucruri pentru că suntem siguri că nu avem suficientă putere pentru a le refuza. În nenumărate situaţii şi relaţii, dinamica dominantă în funcţiune este negocierea puterii: cine o are şi cum putem să ne menţinem partea noastră de putere.

Învăţarea limbajului simbolic al energiei înseamnă să înveţi cum să evaluezi dinamica puterii în tine însuţi sau în alţii. Informaţia energetică este întotdeauna adevărată. Cu toate că o persoană ar putea să fie de acord cu ceva în mod verbal, energia sa va afirma ce simte cu adevărat şi adevăratele sale sentimente îşi vor găsi drumul spre suprafaţă într-o afirmaţie simbolică. Sistemele noastre biologice şi spirituale caută întotdeauna să exprime adevărul şi vor găsi întotdeauna o cale să realizeze aceasta.

Trebuie să deveniţi conştienţi de ce anume vă dă putere. Vindecarea de orice boală este facilitată de identificarea simbolurilor puterii şi ale relaţiilor simbolice şi fizice cu aceste simboluri şi de atenţia voastră faţă de orice mesaj pe care

corpul şi intuiţia vi le trimit în legătură cu acestea.

Al treilea principiu:
numai tu singur te poţi ajuta să te vindeci

Medicina energetică este o filosofie holistă care ne învaţă: „Sunt responsabil pentru crearea sănătăţii mele. Prin urmare, am participat la un anume nivel în crearea acestei boli. Pot participa în vindecarea acestei boli, vindecându-mă singur, ceea ce înseamnă că simultan îmi vindec fiinţă emoţional, psihologic, fizic şi spiritual”.

Vindecarea şi tratarea nu sunt acelaşi lucru. Tratarea se petrece atunci când cineva a reuşit să controleze sau să domolească progresul fizic al unei boli. Tratarea unei boli fizice, totuşi, nu înseamnă neapărat că stresul emoţional şi psihologic care participaseră în crearea bolii a fost eliminat. În acest caz, este foarte posibil, deseori chiar probabil, ca boala să revină.

Procesul tratării este unul pasiv, ceea ce înseamnă că pacientul înclină să acorde responsabilitatea sa doctorului şi tratamentului prescris în loc să încerce să înfrunte boala în mod activ, redobândindu-şi sănătatea. Vindecarea, pe de altă parte, este un proces intern activ care include investigarea propriilor atitudini, amintiri şi sistem de credinţe cu dorinţa de a elibera toate tiparele negative care opresc vindecarea completă emoţională şi spirituală.

Această revizuire internă conduce inevitabil la o revizuire a circumstanţelor externe într-un

efort de a recrea un anumit mod de viaţă care facilitează activarea voinţei – voinţa de a vedea şi de a accepta adevăruri despre viaţa proprie şi despre cum ţi-ai folosit energiile; şi voinţa de a începe să foloseşti energia pentru crearea iubirii, respectului-de-sine şi a sănătăţii.

Limbajul medicinii convenţionale sună mult mai milităresc decât cel al medicinii energetice: „Pacientul a fost atacat de un virus" sau „O substanţă a contaminat ţesutul celular, având un rezultat malign". Filosofia medicinii convenţionale consideră că pacientul este o victimă inocentă – virtual lipsită de putere – care suferă atacuri pe care nu le-a provocat.

Într-un tratament medical convenţional, pacientul urmează un program prescris de un doctor, astfel încât responsabilitatea vindecării este pe umerii doctorului. Cooperarea pacientului cu furnizorul său de sănătate este cu siguranţă remarcată în timpul tratamentului, însă atitudinea sa este considerată neimportantă pentru proces – medicamentele şi chirurgia trebuie să realizeze cea mai mare parte a vindecării. Prin contrast, în terapia holistă, voinţa pacientului de a participa întru totul în propriul său proces de vindecare este necesară pentru succesul vindecării.

Medicina holistă şi convenţională adoptă două atitudini complet diferite în privinţa puterii: activă şi pasivă. Tratamentele chimice ale medicinii convenţionale nu cer o participare conştientă a pacientului, însă o tehnică holistă cum ar fi vizualizarea este condusă de un pacient implicat, activ. Cu alte cuvinte, se produce o

conexiune energetică între conştiinţa pacientului şi capacitatea vindecătoare a terapiei şi uneori chiar şi a terapeutului. Când o persoană este pasivă – cu atitudinea de „fă-mi ce trebuie” nu se va vindeca complet; îşi poate reveni, dar niciodată nu se va confrunta din plin cu sursa bolii sale.

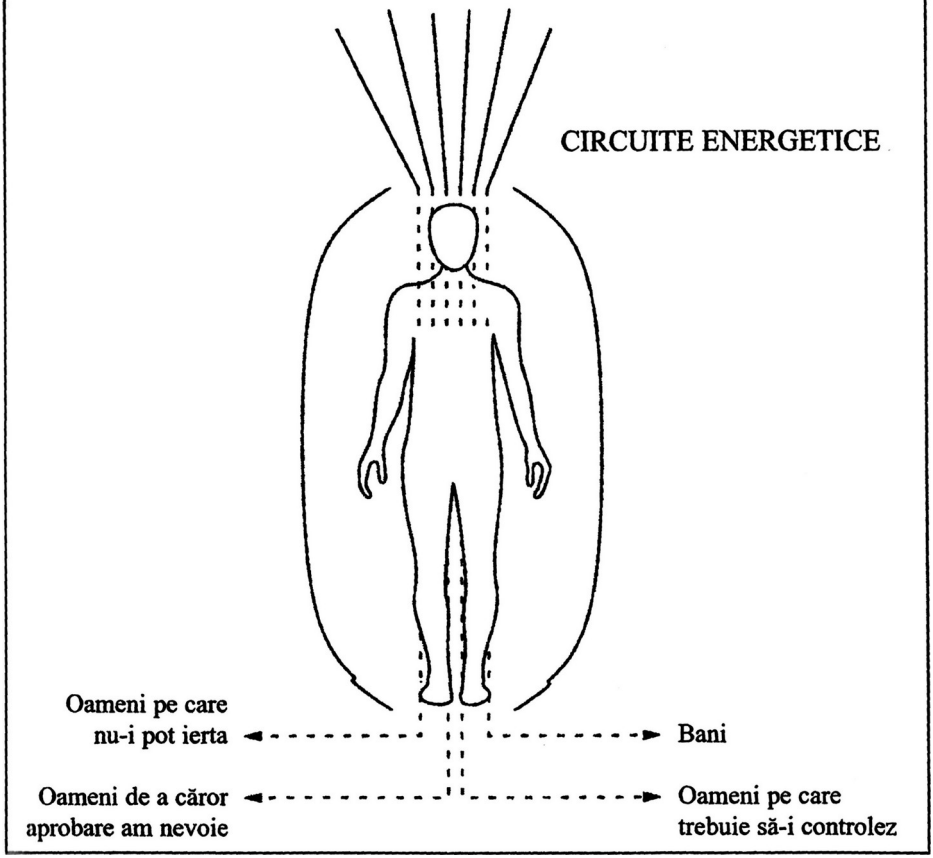
Achizitorii

Mama cu depresie şi cu durere cronică de gât şi de spate este un exemplu de persoană care deţine numai o putere pasivă. Acest tip de persoană dependentă simte că trebuie să obţină putere din mediul extern sau prin intermediul altor persoane. Ea crede, conştient sau inconştient: „Singură, eu nu sunt nimic”. O persoană ca aceasta caută să obţină putere prin bani, statut social, politic, militar sau autoritate religioasă şi prin relaţiile cu oameni influenţi. Ea nu îşi exprimă direct propriile nevoi, necesităţi, însă îşi dezvoltă abilitatea de a tolera sau de a manipula situaţiile nesatisfăcătoare.

În sistemul energetic uman, interacţiunile noastre individuale cu mediul pot fi considerate simbolic, ca fiind circuite electromagnetice. Aceste circuite trec prin corpul nostru şi ne conectează cu obiecte şi oameni din exterior. Suntem atraşi de obiecte ale puterii sau de oameni ori „ţinte ale puterii”, astfel încât să putem să aducem puterea lor în sistemul nostru. Totuşi, conexiunea noastră cu o ţintă a puterii, ia ceva energie din câmpul nostru şi o duce în cel al ţintei. La început am considerat aceste circuite ale

energiei doar simbolic, însă am ajuns să cred că, de fapt, ele sunt adevărate cărări ale energiei. Adesea aud oameni spunând că se simt „agăţaţi” (prinşi) de o persoană sau de o experienţă din trecut. Unii oameni remarcă faptul că se simt „secătuiţi” după ce au fost alături de o anumită persoană sau într-un anumit mediu.

FIGURA 1: CIRCUITELE ENERGETICE DIN CORPUL UNEI PERSOANE, CONECTATE LA O ȚINTĂ A PUTERII



Aceste cuvinte obişnuite, se apropie mai mult decât ne închipuim de o descriere a interacţiunii câmpului nostru energetic cu mediul. Atunci când oamenii spun că sunt „agăţaţi” de cineva sau de ceva într-un mod negativ, sau când se supraidentifică cu un obiect sau o posesiune, conduc în mod inconştient o diagnosticare intuitivă – ei îşi identifică motivul pierderii puterii. Eu numesc acest tip de oameni achizitori.

Tipul absolut de achizitor este dependentul. Indiferent de genul de dependenţă pe care îl are o persoană – fie dependenţă de droguri, alcool sau de nevoia de a-i controla pe ceilalţi – circuitele ei sunt atât de puternic conectate cu ţinta, încât nu mai are nevoie să îşi folosească capacitatea de a raţiona.

Un caz care ilustrează tragic consecinţele energetice ale unei dependenţe mi-a atras atenţia în timpul unui seminar pentru cei ce aveau HIV pozitiv sau SIDA, desfăşurat în Danemarca. O localnică, pe nume Anna, devenise HIV pozitiv ca un rezultat al ocupaţiei sale, prostituţia. Anna avea alura unei fetiţe şi era extrem de micuţă. De asemenea, şchiopăta, pentru că un „client” de-al ei îi rupsese câteva coaste, cu patru săptămâni în urmă. La un moment dat discutam despre ce trebuie să facă un om pentru a se putea vindeca. Am menţionat că dependenţele, cum ar fi cea de tutun, alcool sau droguri, distrag persoana din procesul de vindecare. În timpul unei pauze, Anna a venit la mine şi mi-a spus: „Dar, Caroline, cât rău pot face două ţigări pe zi?” În timp ce mă uitam la ea am realizat că dacă aş fi ţinut leacul pentru

SIDA în mâna stângă şi o ţigară în mâna dreaptă şi i-aş fi spus „Alege-o pe cea pe care o doreşti”, mintea ei ar fi ales leacul pentru SIDA, însă toate circuitele ei energetice s-ar fi dus la acea ţigară.

Nu pot sublinia această idee destul de puternic: ţintele la care achizitorii îşi conectează circuitele energetice sunt oameni sau obiecte cărora ei le-au predat puterea – mai ales puterea de a-i controla. Dependenţa Annei de ţigări deţinea mai multă autoritate asupra ei decât dorinţa de a se vindeca. Neobişnuită să facă alegeri de împuternicire pentru ea însăşi, ea era legată într-un tipar al cedării energiei proprii în mâinile celorlalţi – de cele mai multe ori „peştele” ei şi ţigările ei, cele două ţinte ale puterii care o controlau complet. Vindecarea era de neatins deoarece puterea sa era acum dincolo de graniţele corpului ei fizic.

Minţile noastre nu pot concura cu nevoile noastre emoţionale. Anna ştia foarte bine că atât ocupaţia sa, cât şi dependenţa ei de ţigări erau periculoase pentru sănătatea ei. Însă ea încă tânjea emoţional după tutun, deoarece credea că o relaxa, şi rămânea la mâna „peştelui”, deoarece credea că el are grijă de ea. Mintea Annei îi raţionalizase ataşamentele emoţionale şi încerca să îi negocieze procesul vindecării prin propunerea a numai două ţigări pe zi, care nu îi puteau face rău. Însă ea rămânea neputincioasă în privinţa ruperii de dependenţe şi, astfel, incapabilă de a-şi recâştiga puterea de a se vindeca.

Nu este mintea cea care ne controlează, ci

nevoile emoţionale care ne controlează ataşamentul de ţintele puterii. Faimosul citat „Inima are motive pe care raţiunea nu le cunoaşte” („The heart has reasons that reason knows nothing of”) surprinde perfect această dinamică. Achizitorii găsesc că este foarte greu să îşi folosească intuiţia. Atât de ataşat este respectul-de-sine de opinia ţintei puterii lor, încât ei neagă orice informaţie ce le-ar putea parveni prin propria intuiţie. O Intuiţie clară necesită abilitatea de a respecta propriile impresii. Dacă ai nevoie de o altă persoană pentru a valida propriile Ude impresii, interferezi foarte puternic abilitatea ta de a intui. Şi, deoarece sănătatea nu este negociabilă, achizitorii privesc vindecarea ca o pe o provocare mai formidabilă decât cei care au un simţ activ al puterii. Vindecarea este, deasupra tuturor lucrurilor, o sarcină personală. Nimeni nu se poate vindeca pe meritul altei persoane. Putem să asistăm pe cineva, ca să fim siguri, însă nimeni nu poate, de exemplu, să ierte pe cineva în numele altcuiva. Sau nimeni nu poate face un om să elibereze amintirile dureroase sau experienţele pe care trebuie să le elibereze pentru a se putea vindeca. Pentru că natura puterii pasive este „putere prin ataşamente”, unui achizitor îi este complet nefiresc, şi împotriva biologiei sale să se detaşeze de ţintele puterii care îi iau energia. Achizitorii sunt aproape programaţi pentru tratament medical. Aceasta nu este neapărat un lucru negativ. Tratamentele convenţionale sunt cele mai potrivite pentru ei atâta vreme cât rămân pasivi.

Redirecţionarea puterii

Majoritatea oamenilor care au luat parte la seminariile mele au făcut-o pentru că au realizat că au nevoie de o schimbare în vieţile lor. Mulţi se tem să îşi părăsească partenerul sau slujba, în timp ce alţii încearcă să găsească o cale de a trăi într-o situaţie care nu este compatibilă cu nevoile lor emoţionale. Nici nu pot să număr de câte ori oamenii au spus „Cred că îmi era mult mai bine înainte să realizez cât de nefericit eram”. Odată ce am devenit conştienţi de nevoile noastre emoţionale, devine imposibil să le mai uităm. Odată ce am devenit conştienţi de sursa oricărei nefericiri, nu putem şterge acea conştienţă. Trebuie să alegem. Capacitatea noastră de a alege este o putere activă, iar senzaţia că ai putere activă este atât emoţionantă, cât şi creatoare de teamă, pentru că ne face să dorim să schimbăm acele părţi ale vieţilor noastre care nu mai corespund. Iar schimbarea acestor părţi ne inspiră să punem la încercare şi alte aspecte ale vieţii care nu sunt satisfăcătoare.

Schimbarea vieţii noastre este adesea dificilă din cauza loialităţilor noastre. De obicei, suntem învăţaţi despre loialitate în sânul familiei şi ca o conexiune cu familia noastră. Loialitatea faţă de sine însă, este o cu totul altă virtute, iar aderarea la ea cauzează o mare revoluţie în familie. Loialitatea faţă de sine pentru o femeie, de exemplu, poate determina recunoaşterea faptului că nu mai poate rămâne într-un mariaj. Când va

împărtăşi această informaţie soţului, i se va spune „Gândeşte-te la copii”. Acest caz este unul extrem de des întâlnit, unul al loialităţii faţă de grup în confruntare cu loialitatea faţă de sine. Trăind într-o situaţie nesatisfăcătoare, putem încerca să respectăm nevoile şi cererile loialităţii de grup. Cu toate acestea, la un moment dat, corpul nostru emoţional devine suficient de împovărat, încât mintea nu mai poate păcăli inima. Soţia nefericită va trebui ori să renunţe la zbaterea ei rămânând în acea căsătorie, ori va înainta divorţul, deşi încărcată de vina că a fost neloială grupului, familiei sale. În realitate, nu sunt prea multe căi pentru a reuşi să-ţi faci cunoscute nevoile personale într-o situaţie care fusese deja creată înainte ca tu să realizezi care-ţi erau nevoile.

Julie a venit la unul din seminariile mele pentru că avea cancer ovarian şi mamar. Căsătoria ei nu mergea deloc şi asta de mulţi ani. Voia să se vindece de cancer, dar trăia cu un bărbat care o trata cu dispreţ total, un tipar care începuse să se manifeste la doi ani după ce se căsătoriseră. Îi spunea deseori că era scârbit la simpla vedere a ei, cu toate că era o femeie extrem de atrăgătoare. În încercarea de a-i obţine aprobarea, se înfometa şi făcea exerciţii fizice constant. Julie se descria pe sine ca fiind un maestru al manipulării pe care o folosise pentru a face faţă mariajului său, cu toate că manipulările ei nu o ajutaseră să obţină ce-şi dorea. Când Julie dorea atenţia soţului său, inventa poveşti interesante despre oameni pe care spunea că-i întâlnise la cumpărături. Odată, i-a telefonat soţului la serviciu cu o poveste inventată

despre un bărbat care încercase să o violeze în timp ce ea făcea jogging. Totuşi, indiferent de ce poveste inventa, nimic nu părea să trezească în el nici respectul, nici grija faţă de ea.

Banii erau o altă problemă între ei. Deşi soţul lui Julie avea un salariu foarte mare, îi dădea foarte puţini bani, cerându-i socoteală pentru fiecare cent. Cu toată această umilinţă, Julie nu se gândise niciodată să-şi ia un serviciu pentru a-şi completa venitul personal, crezând că nu avea nicio aptitudine pentru care să fie plătită. Activitatea sexuală încetase la doi ani după căsătorie. Eforturile lui Julie de a păstra vie această latură a căsniciei sale, i-au cauzat şi mai mare umilinţă. După ce a fost diagnosticată, soţul ei a refuzat şi să mai doarmă în acelaşi pat cu ea. Răspunsul ei la această respingere totală a fost să se culce pe podeaua dormitorului. În fiecare dimineaţă el trebuia să păşească peste ea, la modul cel mai concret, deseori chiar scuipând-o atunci când îl privea şi-i cerea ajutorul.

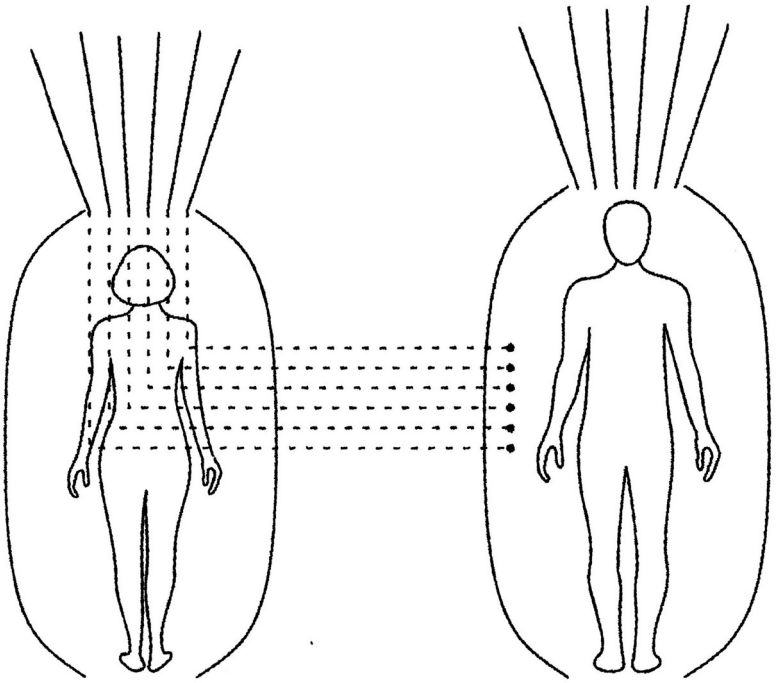
Când am întrebat-o de ce nu l-a părăsit, Julie mi-a răspuns că nu fusese niciodată capabilă să aibă grijă de ea însăşi emoţional sau financiar, iar acum, mai mult ca niciodată, avea nevoie de cineva să aibă grijă de ea. În mod ciudat, de câte ori vorbea despre soţul ei, faţa ei devenea visătoare, ca şi cum ar fi fost vrăjită, şi începea să spună că el era un om bun, care ţinea la ea, dar care era şi foarte stresat de serviciul lui. O iubea cu adevărat, adăugase Julie, numai că nu-i era uşor să-şi arate afecţiunea.

Când i-am recomandat să meargă la un

psihoterapeut, mi-a spus că soţul ei consideră că terapeuţii nu făceau nimic bun, aşa că nu se putea duce. I-am mai spus că oarece întremare pentru corpul ei s-ar putea întâmpla dacă ar mânca ceea ce îi făcea bine, un regim alimentar bogat în vitamine. Din nou, Julie mi-a răspuns că dacă soţul ei va accepta aceste sugestii, va face întocmai.

Din punct de vedere energetic este semnificativ faptul că Julie a făcut cancer în sistemul feminin, mai întâi în ovare, apoi la sâni. Boala ei era o declaraţie simbolică a sentimentelor ei faţă de felul în care era respinsă ca femeie. După cum veţi citi în următorul capitol, organele sexuale conţin energia noastră biografică, în mod special energia relaţiilor cu alţi oameni, ca şi a modului nostru de a fi în mediul înconjurător. Julie nu se putea vedea pe sine având vreo putere personală, deoarece îşi vedea soţul drept sursa securităţii sale; biologia ei primea constant semnale de lipsă de putere. Julie a murit în mai puţin de un an.

FIGURA 2: CIRCUITELE ENERGETICE CARE TREC PRIN CORPUL FEMEII ȘI SUNT ATAȘATE SOȚULUI EI



SOȚIA SOȚUL

NOTĂ: Deoarece această femeie este total dependentă faţă de soţul ei, toate circuitele ei energetice sunt conectate la câmpul lui energetic. Acest dezechilibru are drept rezultat incapacitatea femeii de a avea energie suficientă pentru a-şi păstra corpul sănătos şi, de asemenea, generarea în soţul ei a sentimentului de sufocare.

Tipurile de oameni activi din punct de vedere al puterii sunt diferite de cele ale achizitorilor precum Julie. Ei sunt automotivanţi, cred că grija faţă de sine este o prioritate, iar circuitele lor

energetice sunt ataşate conştienţei, tăriei şi forţei emoţionale. Un automotivat este capabil să facă orice este necesar pentru a menţine echilibrul corpului, minţii şi sufletului său.

Ca şi Julie, Joanna a avut o căsnicie proastă şi a făcut cancer mamar. Deşi căsnicia Joannei nu era chiar o poveste de groază aşa cum era a lui Julie, avea şi ea problemele ei. Soţul Joannei, Neal, se întreţinea şi cu alte femei. Joanna ştia despre asta dar se străduia să treacă peste. În încercarea ei de a accepta adulterul, a început să meargă pe la seminarii dedicate ajutorării femeii. Prin aceste seminarii a reuşit, până la urmă, să înţeleagă că felul în care se purta soţul ei viola chiar graniţele ei emoţionale. Înainte de seminarii, Joanna nu s-ar fi gândit niciodată la limitele emoţionale personale. Intrase în această căsnicie, aşa cum mulţi oameni o fac, crezând că doi oameni ar trebui să alcătuiască un singur sistem emoţional.

Joanna a ajuns să recunoască că acest cancer de sân – apărut într-o zonă a corpului asociată cu dăruirea şi hrănirea – s-ar putea vindeca numai dacă ea ar face paşi în direcţia respectării de sine, a dezvoltării aprecierii şi respectului de sine. Treptat, Joanna a început să dobândească o imagine interioară despre sine ca fiind un individ puternic. Gândindu-se la ea ca la un individ separat, ea a început să dezvolte o relaţie cu sine pe care înainte nu o considera posibilă, de vreme ce conceptul ei de identitate era legat întotdeauna de un soţ.

Când a ajuns să-şi recunoască propriile

nevoi, a început să-şi exercite această nouă autoritate interioară cerându-i lui Neal să respecte jurămintele maritale. El a promis că îşi va schimba comportamentul, dar această promisiune a durat mai puţin de o lună. Joanna a înţeles, în final, că nu putea să-l schimbe, că ea însăşi se schimbase atât de mult, încât nu mai putea accepta din partea lui nicio violare emoţională. Dacă voia să-şi vindece cancerul, trebuia să se scoată pe ea însăşi din acea situaţie care îi distrugea sănătatea. A divorţat de Neal şi a reuşit să se vindece de cancer.

Grupurile de sprijin pentru oameni bolnavi reuşesc deşeuri să aducă membrii lor la o nouă auto-definire. Cunoscându-şi nevoile şi evaluându-şi viaţa din acest punct de vedere, ei admit că circumstanţele prezente nu sunt acceptabile nici perii cu persoana în care se transformă, nici pentru vindecarea lor. Ei înţeleg că trebuie să facă ceva pentru a se schimba. În procesul vindecării învaţă să se detaşeze de obiectele sau oamenii care îi seacă de putere. Necesitatea schimbării face vindecarea o experienţă înspăimântătoare pentru mulţi oameni. Aceşti indivizi ştiu, conştient sau nu, că retrăgându-şi circuitele energetice dintr-o ţintă a puterii înseamnă că trebuie să spună adio acelei ţinte.

Ei intră într-o stare de nelinişte în care vor, în acelaşi timp, şi să se retragă din acea dependenţă, dar şi să rămână cu ţinta de putere. Unii oameni sfârşesc prin a încerca să trăiască în cele două lumi simultan, nelocuind în întregime în cea care

nu li se mai potriveşte, dar nici nu se mută într-o alta. De aceea mulţi dintre oamenii care merg spre fântâna vindecării, odată ajunşi acolo, descoperă că, de fapt, nu pot să bea din ea.

Vindecarea necesită acţiune. Nu este un eveniment pasiv. Suntem meniţi să ne extragem resursele interioare, să găsim tăria materială de a părăsi credinţele şi comportamentele ce nu ne mai folosesc, şi să ne vedem pe noi înşine într-un mod nou şi sănătos – să ne ridicăm paturile şi să mergem.

Învăţarea vederii simbolice în Partea a II-a, pe măsură ce descriu problemele de putere care se ţes în psihicul nostru şi în biologia noastră, încercaţi să vă diagnosticaţi propriile relaţii cu fiecare din cei şapte centri de putere din corpul vostru. Faceţi din voi înşivă subiectul primei evaluări intuitive. În acest proces veţi descoperi că deveniţi mai conştienţi de lumea extraordinară care există în spatele ochilor voştri. În final, veţi învăţa vederea simbolică, capacitatea de a folosi intuiţia pentru a interpreta simbolurile puterii în viaţa voastră.

Eu vă ofer următoarele linii directoare ca un punct de plecare. Când o persoană caută să înveţe mai mult, vindecarea este inevitabilă. Dar aveţi nevoie de o metodă internă de a absorbi această informaţie pentru ca ea să devină reală pentru voi.

Primul şi cel mai important punct este să vă concentraţi atenţia spre a învăţa să interpretaţi încercările vieţii voastre într-un mod simbolic. Găsiţi un sens în ele, gândiţi-vă şi simţiţi cum se conectează ele cu sănătatea voastră. Aduceţi

atenţia în fiecare zi asupra testelor, încercărilor cu care trebuie să daţi piept şi asupra felului în care mintea şi spiritul răspund acestora. Observaţi ce anume cauzează pierderea puterii şi unde simţiţi pierderea. Evaluaţi activitatea spirituală şi biologică care apare ca o consecinţă.

În al doilea rând, gândiţi-vă tot timpul la voi înşivă ca la o fiinţă atât energetică, cât şi fizică. Partea energetică este transmiţătorul şi receptorul tuturor gândurilor voastre şi al interacţiunilor voastre. Păstraţi în minte mereu faptul că biografia voastră devine biologia voastră. Dezvoltaţi obiceiul de a evalua oamenii, experienţele şi informaţiile care intră în viaţa voastră. Dezvoltarea vederii simbolice începe odată cu intenţia: evaluaţi conştient şi în mod regulat interacţiunile Voastre şi influenţa lor asupra puterii voastre emoţionale şi fizice. Nu uitaţi că, dacă aveţi o agendă privată – asta înseamnă că vreţi să vedeţi lucrurile într-un anume fel – veţi interfera cu receptarea informaţiilor energetice.

În al treilea rând, faceţi-vă auto-evaluări zilnic. După ce căpătaţi îndemânare, auto-scanarea va dura doar câteva clipe. Pentru a practica, folosiţi drept referinţă modelul sistemului energetic uman pe care îl prezint în Capitolul Doi. Reflectaţi asupra fiecărui centru de putere pentru un minut sau două, în linişte, cu obiectivitate. Nu aşteptaţi să deveniţi bolnavi înainte de a participa la sănătatea sistemului vostru energetic. Învăţaţi să percepeţi stresul acumulat în câmpul vostru energetic, şi faceţi

paşii necesari pentru a vă vindeca la nivel energetic. Faceţi din auto-evaluare un obicei.

În al patrulea rând, când descoperiţi o scurgere de energie, concentraţi-vă numai asupra lucrurilor esenţiale care vă pot ajuta să vă recuperaţi energia. Întotdeauna puneţi întrebarea: „de ce pierd energie?” În vindecarea oricărui dezechilibru, fie că este energetic sau fizic, trebuie să implicaţi întotdeauna atât mintea, cât şi inima voastră. Străduiţi-vă întotdeauna să vedeţi dincolo de componentele fizice ale crizei. Adresaţi-vă fiecărui adevăr sacru al energiei din cele şapte prezentate în Capitolul Doi. Unul sau mai multe din aceste adevăruri va fi implicat în situaţia creatoare de stres. Întrebaţi-vă care dintre aceste adevăruri sunt reprezentate simbolic.

De exemplu, dacă vă aflaţi într-o criză legată de serviciu, v-aţi putea referi la adevărul sacru *Cinsteşte-te pe tine însuţi*. S-ar putea să se adreseze foarte bine acelor probleme care se petrec în viaţa voastră. Agăţându-vă de acea unică percepţie, vă ridicaţi repede din nisipul mişcător al iluziei – obţineţi înălţimea simbolică sau spirituală de care aveţi nevoie pentru a interpreta problema într-un mod impersonal şi de a învăţa lecţia puterii pe care această situaţie v-o prezintă.

Educaţia spirituală ne învaţă să ne păstrăm atenţia asupra noastră înşine, nu într-un mod egocentric, ci într-un mod în care să putem conduce conştient energia şi puterea noastră. Deci, a cincea sarcină este să învăţăm ce anume, mai degrabă decât cine anume ne stoarce de energie. Înţelegeţi că persoana care pare că vă

consumă energia nu este decât o reflectare a unei părţi din voi înşivă. De exemplu, dacă sunteţi geloşi pe cineva, problema importantă pentru voi nu este acea persoană, ci natura din umbră a voastră care se reflectă în acea persoană. De fapt, acea persoană vă serveşte drept profesor. Concentrându-vă asupra persoanei pe care sunteţi geloşi nu vă veţi vindeca. Vă vor fi trimişi şi mai mulţi profesori, fiecare mai puternic decât cel de dinainte. Sarcina voastră este să învăţaţi lecţia pe care o are profesorul pentru voi, nu să vă supăraţi pe profesor.

Când ajungeţi la o concluzie eronată cu privire la o anumită persoană ca fiind cauza sentimentului vostru de slăbiciune, alunecaţi în frică şi condamnare. Trebuie să vă concentraţi din nou asupra centrului de putere până când obţineţi o impresie despre felul puterii pe care o are acea persoană în raport cu voi. Odată ce aţi stabilit perspectiva asupra lecţiei mai degrabă decât asupra persoanei, aţi obţinut un beneficiu important pentru vederea simbolică: vedeţi că acel adevăr vă este servit prin intermediul acelei provocări.

În al şaselea rând, simplificaţi cererile voastre în privinţa vindecării. Cererea de a vindeca orice boală este esenţialmente aceeaşi. Gândiţi-vă la boală ca la o disfuncţionalitate a puterii aproape ca la o funcţionare proastă tehnică. Odată ce aţi identificat cărui adevăr sacru se potriveşte problema voastră, organizaţi-vă procesul intern al vindecării în jurul lecţiei ce vine din tied adevăr. Combinaţi vindecarea interioară

cu orice tratament medical convenţional esenţial şi rămâneţi în acest program. Căutaţi orice sprijin de care aveţi nevoie şi folosiţi acel sprijin cum se cuvine. Amintiţi-vă că sarcina este de a vă deplasa *prin* rănile voastre, nu de a rămâne şi a trăi ele. Nu pierdeţi timp gândindu-vă, acţionând sau rugându-vă ca o victimă. Să vă simţiţi victimizaţi nu face decât să adauge bolii mai multe ingrediente şi dacă victimizarea devine o stare permanentă a minţii, ea însăşi va deveni o boală.

Faceţi tot ceea ce este necesar pentru a sprijini corpul fizic, cum ar fi să luaţi medicamentele potrivite, să aveţi un program de exerciţii fizice zilnic, să mâncaţi corespunzător. Simultan, faceţi şi tot ceea ce este necesar pentru a ajuta corpul vostru energetic, cum ar fi să vă eliberaţi de problemele neterminate şi să iertaţi toate rănile din trecut. Faceţi toate schimbările necesare pentru ca vindecarea să aibă loc – părăsiţi un serviciu stresant sau o căsătorie; învăţaţi să faceţi meditaţie, sau schiaţi de la un capăt la altul al ţării. Punctul important aici nu îl constituie schimbările specifice pe care le faceţi, ci să faceţi acele schimbări pe care le cere vindecarea.

Vorbitul nu vindecă; acţiunea da. Dacă este esenţial să lucrezi pentru a menţine o atitudine pozitivă în timpul bolii, vindecarea necesită dedicaţie, devotament şi angajare. Vizualizarea nu va funcţiona dacă practicaţi asta doar o dată pe săptămână şi niciun corp nu va deveni frumos după o singură şedinţă de gimnastică. Vindecarea corpului sau a vieţii – ori dezvoltarea vederii

simbolice – are nevoie de o practică zilnică şi de atenţie. Vindecarea bolii, în mod special, poate să fie o ocupaţie permanentă, cu toate că puteţi simplifica paşii ceruţi pentru a îndeplini această sarcină.

Dacă folosiţi un „pachet” complet de vindecare – mai multe terapii diferite şi terapeuţi, mai mulţi doctori, mai multe programe de plante şi vitamine – dar faceţi un progres mic sau chiar niciun progres, s-ar putea ca, de fapt, să vă blocaţi propria vindecare. Poate că a deveni sănătos vă ameninţă într-un anume fel de care nu sunteţi conştienţi. Poate că nu sunteţi capabili să lăsaţi lucrurile trecutului deoparte, să vă detaşaţi, ori poate a deveni sănătos ar putea schimba echilibrul puterii dintre voi şi altă persoană. Folosiţi-vă mintea pentru a vă gândi la aceasta, pentru că, în mod clar, unele boli sunt mult mai serioase decât altele, iar lipsa vindecării nu înseamnă întotdeauna că vă blocaţi procesul vindecării. Dar dacă zece terapii şi terapeuţi nu sunt suficienţi pentru a aduce o cât de cât îmbunătăţire, atunci trebuie să analizaţi posibilitatea unei interferenţe, conştientă sau inconştientă, sau chiar posibilitatea foarte reală ca această vindecare să includă pregătirea voastră pentru părăsirea planului fizic.

În al şaptelea rând, simplificaţi-vă spiritualitatea. Toate studiile pe care le-am făcut m-au condus la concluzia că cerul nu este un tărâm complicat. De aceea, teologia personală ar trebui să nu fie complicată nici ea. Încercaţi să credeţi numai ce a fost afirmat de ceruri ca esenţial. De exemplu:

- Toate circumstanţele pot fi schimbate într-o clipă şi toate bolile pot fi vindecate. Divinul nu este limitat de timpul, spaţiul sau grijile fizice umane.

- Fii consistent: trăieşte ceea ce crezi.

- Schimbarea este constantă. Fiecare viaţă trece prin faze dificile, ca şi prin pace. învaţă să mergi deodată cu valul schimbării, mai degrabă decât să încerci să opreşti schimbarea din a se întâmpla.

- Nu căuta o altă persoană pentru a te face fericit – fericirea este o atitudine interioară şi personală şi o responsabilitate.

- Viaţa este în esenţă o experienţă a învăţării. Fiecare situaţie, încercare şi relaţie conţine un mesaj care merită învăţat sau predat altora.

- Energia pozitivă funcţionează mai eficient decât cea negativă în fiecare şi în absolut orice situaţie.

- Trăieşte în momentul prezent şi practică iertarea altora.

Nu câştigăm nimic crezând că cerul „gândeşte şi acţionează" în moduri complexe. Este mult mai bine, şi mult mai eficient, să învăţăm să gândim în felul în care gândeşte cerul – în adevăruri simple şi eterne.

După toate probabilităţile, ne-am făcut vieţile mult, mult mai complexe decât ar trebui să fie. Dobândirea sănătăţii, a fericirii şi a unui echilibru energetic se reduce la a hotărî să ne concentrăm mai mult asupra pozitivului decât asupra negativului şi să trăim într-o manieră spirituală compatibilă cu ceea ce ştim că este adevărat.

Luându-ne aceste două angajamente este suficient pentru a permite puterii conţinute în interiorul sistemului nostru biologic Divin să ne influenţeze conţinutul şi direcţia vieţii.

Suntem cu toţii meniţi să învăţăm aceleaşi adevăruri şi să permitem Divinităţii noastre să lucreze în interiorul nostru şi prin noi; aceasta este sarcina simplă, deşi departe de a fi una uşoară. Situaţiile şi oamenii din vieţile noastre sunt diferite, dar încercările pe care le reprezintă pentru noi sunt identice, aşa cum sunt şi influenţele pe care aceste încercări le au asupra corpurilor şi spiritelor noastre. Cu cât devenim mai capabili să învăţăm acest adevăr, cu atât mai mult vom putea dezvolta vederea simbolică – abilitatea de a vedea prin iluziile fizice şi a recunoaşte lecţia oferită nouă prin intermediul încercărilor vieţii.

CAPITOLUL II

Făcut după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu încă de la primele diagnostice intuitive, am fost conştientă că, de fapt, ele se referă la spiritul uman, chiar dacă descriu probleme fizice şi chiar dacă eu folosesc termenii energiei pentru a le explica altora. Energia este un cuvânt neutru care nu evocă asocieri religioase sau temeri ascunse adânc despre relaţia fiecăruia cu Dumnezeu. Este mult mai uşor pentru cineva să audă „Eşti golit de energie”, decât „Spiritul tău este toxic”. Cu toate acestea, mulţi dintre oamenii care au venit la mine, se găseau, de fapt, în crize spirituale. Le-am descris crizele drept disfuncţionalităţi energetice, dar, făcând astfel, nu a fost la fel de folositor cum ar fi putut fi o discuţie în termeni spirituali.

Până la urmă, am încorporat limbajul spiritual în descrierile energetice după ce am înţeles similitudinea dintre Sistemul Chakrelor din Orient şi Tainele religioase ale Occidentului. S-a întâmplat dintr-odată, în timpul unui curs despre anatomia energiei pe care îl ţineam. Fiind la începutul cursului, am desenat pe tablă cele şapte cercuri, aliniate vertical pentru a prezenta puterea centrilor sistemului energetic uman, când, întorcându-mă spre cele şapte cercuri goale am fost izbită de faptul că nu sunt numai şapte chakre, dar sunt, de asemenea, şi şapte taine creştine. În acea clipă am înţeles că mesajul lor spiritual este identic. Mai târziu am cercetat similitudinile lor şi mai profund şi am aflat că şi

Kabbala are, de asemenea, tot şapte învăţături corespondente. Convergenţa acestor trei tradiţii m-a condus către înţelegerea faptului că spiritualitatea este mai mult decât o nevoie psihologică şi emoţională: este o necesitate biologică inerentă.

Cele şapte adevăruri sacre pe care aceste tradiţii le împărtăşesc rezidă în chiar miezul puterii noastre spirituale. Ele ne instruiesc cum să direcţionăm puterea sau forţa vieţii care curge prin sistemul nostru. În fapt, noi conţinem aceste adevăruri în cei şapte centri de putere. Ele sunt parte din noi, din sistemul nostru interior de ghidare fizică şi spirituală, şi, în acelaşi timp, constituie un sistem universal de ghidare pentru comportamentul nostru spiritual şi pentru crearea sănătăţii. Misiunea noastră spirituală în această viaţă este să învăţăm să echilibrăm energiile corpului şi pe cele ale sufletului, energiile gândului şi ale acţiunii, ale puterii fizice şi mentale. Corpurile noastre conţin un tipar imanent pentru vindecare.

Geneza descrie corpul lui Adam ca fiind creat „după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu”. Mesajul din această frază este atât literal, cât şi simbolic. Înseamnă că oamenii sunt duplicate energetice ale puterii Divine – un sistem de şapte energii primare ale căror adevăruri suntem meniţi a le explora şi dezvolta prin această experienţă numită viaţă.

Când am înţeles că sistemul energetic uman conţine aceste şapte adevăruri, nu am mai putut să mă limitez la un vocabular legat de energie şi

am început să încorporez idei spirituale în diagnosticele intuitive pe care le făceam. Pentru că şi arhitectura noastră biologică este, de asemenea, o arhitectură spirituală, limbajul energie şi limbajul spirit, folosite împreună, intersectează o mulţime de sisteme de credinţă, deschide multe căi de comunicare între credinţe şi chiar permite oamenilor să se întoarcă spre culturile religioase pe care înainte le respingeau, fără să mai fie copleşiţi de dogma religioasă. Oamenii care vin la cursurile mele au adoptat deja această limbă energie-spirit pentru a exprima problemele inerente în bolile lor fizice, în disfuncţiile provocate de stres sau în suferinţa emoţională. Când ei îşi înţeleg problema în cadrul unui tipar spiritual, se accelerează procesul vindecării pentru că se adaugă o dimensiune a înţelesului, sensului şi scopului acestor crize. Aceşti oameni devin capabili să se ajute singuri în procesul vindecării, ei co-creează sănătatea lor şi îşi re-creează viuţa. Deoarece toate tensiunile corespund unei crize spirituale di sunt o oportunitate pentru a învăţa spiritual, puteţi dobândi o înţelegere instantanee asupra felului în care vă folosiţi puterea personală ori asupra proastei folosiri a acesteia sau a proastei direcţii a spiritului vostru, în aproape orice boală.

Sursa conştiinţei umane, spiritul sau puterea, este considerată Divină în mai toate religiile şi tradiţiile culturale, de la Grecia antică până la învăţăturile hinduse, de la cele chineze până la cele mayaşe. Aproape toate miturile reproduc interacţiunea dintre Divin şi omenire în poveşti

despre zei care s-au unit cu fiinţe umane pentru a produce moştenitori asemenea lui Dumnezeu sau pe jumătate asemenea lui. Aceşti moştenitori conţin întregul spectru al comportamentului uman, de la mari acte de creaţie, distrugere şi răzbunare, la acte mărunte de gelozie, rivalitate şi ciudă, şi până la acte de transcendenţă şi metamorfoză, sex şi senzualitate. Culturile de început au creat aceste mitologii divine în care explorau natura lor emoţională şi psihologică, precum şi puterea inerentă a spiritului uman. Fiecare cultură a exprimat propria perspectivă asupra transformărilor şi trecerilor de-a lungul călătoriei universale spirituale – călătoria eroului, după cum o denumeşte Joseph Campbell.

Totuşi, printre poveştile despre Dumnezeu, tradiţia iudaică este unică pentru că Yahweh nu este prezentat niciodată ca fiind sexuat. Iudaismul se referă la Dumnezeu ca având o mână dreaptă şi una stângă, dar descrierea nu continuă niciodată „sub talie”. Evreii, spre deosebire de alte tradiţii spirituale, i-au transferat lui Yahweh doar puţine calităţi omeneşti, păstrând o relaţie mult mai distantă faţă de inaccesibilul Divin.

De-abia când a apărut creştinismul, evreii creştini au dat Dumnezeului lor un corp uman, denumindu-l Iisus, fiul lui Dumnezeu. Cea mai mare erezie a creştinilor, pentru ceilalţi evrei, a fost să treacă limita biologică şi să înceapă noua lor teologie cu un eveniment biospiritual – Buna-Vestire. În Bunavestire îngerul Gabriel o anunţă pe Fecioara Maria că i s-a făcut o mare favoare şi că urmează să-l poarte pe fiul lui Dumnezeu pe

care îl va numi Iisus. Implicaţia este că Dumnezeu este tatăl biologic al acestui copil. Dintr-odată, principiul Divin abstract numit Yahweh s-a unit cu o femeie.

Creştinii au făcut din naşterea lui Iisus o teologie biologică şi au folosit viaţa lui Iisus drept o dovadă că omenirea este făcută după „chipul şi asemănarea lui Dumnezeu”. Evrei şi creştini la un loc au crezut că aceste corpuri fizice, în special corpurile fizice masculine, sunt ca şi corpul lui Dumnezeu. Multe scrieri teologice contemporane au tratat această asemănare biologică, transformând-o într-o asemănare spirituală, dar noţiunea originală că suntem biologic făcuţi după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu rămâne, fără îndoială, un aspect literal şi arhetipal important al tradiţiei iudeo-creştine.

Trăsătura comună a tuturor miturilor spirituale este că noi, fiinţele umane, suntem constrânse să ne contopim trupurile cu esenţa lui Dumnezeu, că dorim să avem Divinul în oasele noastre, în sângele şi în trăsăturile noastre mentale şi emoţionale. În sistemele de credinţă din întreaga lume, concepţiile despre natura spirituală a Divinului reflectă cele mai bune calităţi şi caracteristici umane. De vreme ce acest „cel mai bun” al nostru este compasiunea, atunci Dumnezeu trebuie să fie plin de compasiune pentru toate; de vreme ce suntem capabili de iertare, atunci Dumnezeu poate să fie a-toate-iertător; dacă suntem capabili de iubire, atunci Dumnezeu trebuie să fie numai iubire; dacă încercăm să fim corecţi, justiţia Divină trebuie să

fie deasupra eforturilor noastre de a echilibra binele şi răul. În tradiţia orientală justiţia Divină este legea karmei; în tradiţia creştină lumea aceasta se supune Regulii de Aur. Am împletit Divinul, într-un fel sau altul, în toate aspectele vieţii noastre, în gândurile şi acţiunile noastre.

În ziua de azi mulţi căutători spirituali încearcă să infiltreze în viaţa lor zilnică o înaltă conştiinţă a sacrului, străduindu-se să acţioneze ca şi cum fiecare din atitudinile lor exprimă esenţa lor spirituală. Acest trai conştient este o invocaţie, o cerere pentru obţinerea autorităţii spirituale personale. El reprezintă o desprindere din clasica relaţie religioasă de tip părinte-copil pe care o au cu Dumnezeu şi mutarea într-o maturitate spirituală. Maturizarea spirituală include nu numai dezvoltarea abilităţii de a interpreta mesajele adânci ale textelor sacre, dar şi învăţarea citirii limbajului spiritual al corpului. Pe măsură ce devenim şi mai conştienţi şi recunoaştem impactul gândurilor noastre şi al atitudinilor, al vieţii noastre interioare asupra vieţii fizice a corpurilor noastre şi asupra vieţii exterioare, nu mai avem nevoie să creăm un Dumnezeu părinte exterior, cel care creează pentru noi şi de care suntem complet dependenţi. Ca adulţi din punct de vedere spiritual, acceptăm responsabilitatea pentru co-crearea vieţilor noastre şi a sănătăţii noastre. Co-crearea este, de fapt, esenţa maturităţii spirituale: este exerciţiul alegerii şi al acceptării responsabilităţii pentru fiecare alegere pe care o facem.

Administrarea puterii de alegere este o

cerere Divină, contractul sacru pe care suntem aici să-l împlinim. Începe prin alegerea a ce anume vor fi gândurile şi atitudinile noastre. Având în vedere că alegerea însemna cândva capacitatea noastră de a răspunde acelor lucruri pe care Dumnezeu le-a creat pentru noi, acum ea înseamnă că noi suntem participanţi în ceea ce trăim, că ne co-creăm corpurile fizice prin puterea creativă a gândurilor şi a emoţiilor noastre. Cele şapte adevăruri sacre ale Kabbalei, Tainele Creştine şi Sistemul Hindus al Chakrelor, susţin şi ajută transformarea noastră treptată în adulţi spirituali conştienţi. Aceste învăţături literale şi simbolice redefinesc sănătatea noastră spirituală şi biologică şi ne ajută să înţelegem ce ne menţine sănătatea, ce anume ne îmbolnăveşte, ce anume ne ajută să ne vindecăm.

Cele şapte adevăruri sacre transcend graniţele culturale şi, la un nivel simbolic, ele constituie o hartă pentru călătoria vieţii noastre, o hartă înscrisă în arhitectura noastră biologică. Textele sacre ne spun necontenit despre faptul că scopul vieţii noastre este să înţelegem şi să ne dezvoltăm puterea spiritului, putere care este vitală bunei funcţionări a mentalului şi a fizicului nostru. Abuzând de această putere, ne sărăcim spiritul şi forţa vieţii însăşi este aspirată ca printr-un sifon afară din corpurile noastre fizice.

Deoarece energia Divină este intrinsecă, inseparabilă de sistemul nostru biologic, fiecare gând care ne trece prin minte, fiecare credinţă pe care o hrănim, fiecare amintire de care ne agăţăm se traduce într-o comandă pozitivă sau negativă în

corpul şi spiritul nostru. Este extraordinar să ne putem vedea prin aceste lentile, dar este şi de natură să ne intimideze pentru că nicio parte din viaţa noastră sau din gândurile noastre nu este fără de putere şi nici măcar privată. Suntem creaţii biologice de Arhitecturii Divine. Odată ce acest adevăr devine parte din mintea voastră conştientă, nu veţi mai putea trăi o viaţă obişnuită.

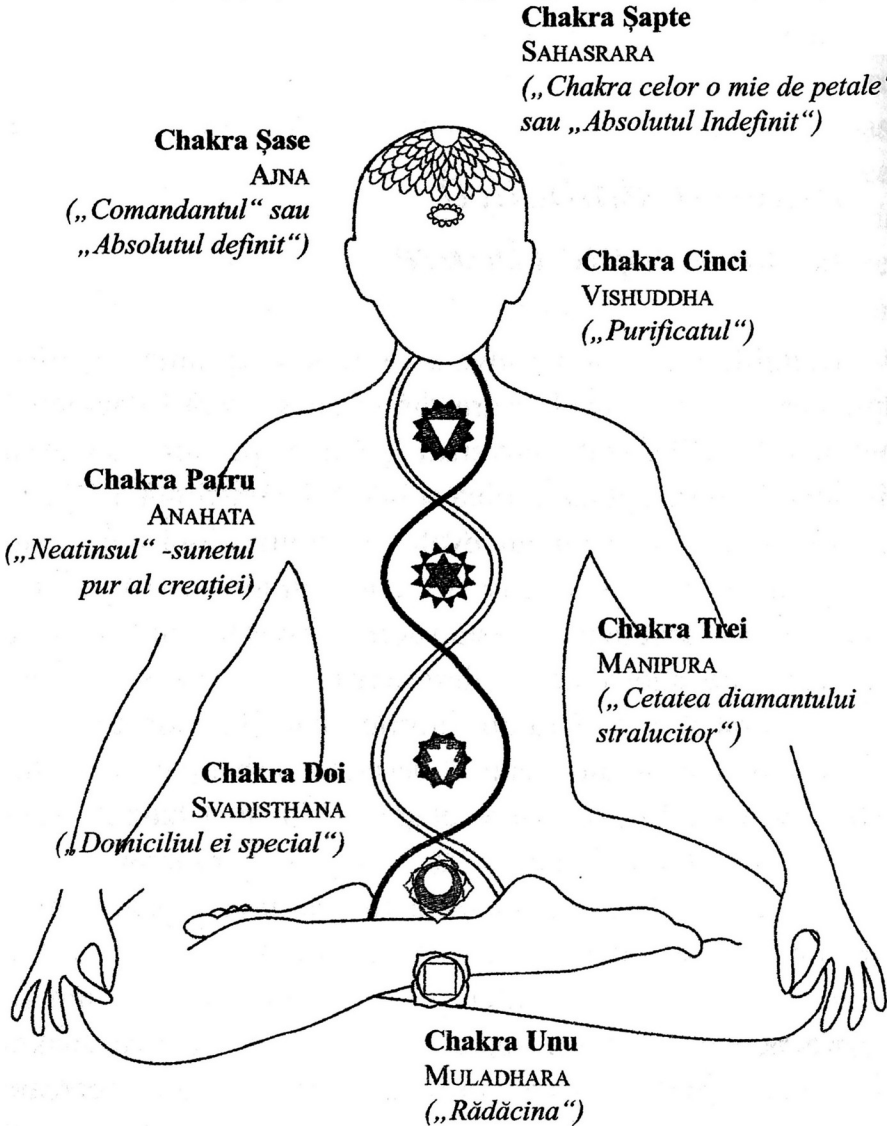
Puterea simbolică a celor şapte chakre

Religiile orientale ne învaţă că acest corp uman conţine şapte centri energetici. Fiecare dintre aceşti centri energetici conţine o lecţie de viaţă universal spirituală pe care trebuie să o învăţăm pentru a putea evolua şi înălţa în conştiinţă. După ce am condus ani de-a rândul evaluări intuitive obişnuite, am înţeles că, în mod instinctiv mă concentram asupra acestor şapte centri energetici. Această sacră, străveche imagine este remarcabil de adevărată în descrierea sa asupra sistemului energetic omenesc, asupra obiceiurilor şi tendinţelor lui.

Sistemul chakrelor este o descriere arhetipală a maturizării individuale prin şapte etape distincte. Chakrele sunt aliniate vertical, pornind de la baza coloanei vertebrale şi până la coroana capului, sugerând faptul că urcăm spre Divin stăpânind treptat ademenirea seducătoare a lumii fizice. La fiecare etapă câştigăm o înţelegere şi mai elaborată a puterii noastre personale şi spirituale, de vreme ce fiecare chakră reprezintă o lecţie de viaţă, spiritual vorbind, sau o încercare

comună pentru toate fiinţele umane. Pe măsură ce o persoană stăpâneşte fiecare chakră, dobândeşte putere şi cunoaştere de sine care devin integrate spiritului său, acestea împingând-o mai departe pe calea către conştiinţa spirituală în călătoria clasică a eroului.

FIGURA 3: CELE ŞAPTE CENTRE ALE PUTERII
SAU CHAKRE DIN SISTEMUL KUNDALINI



Chakrele sunt descrise ca nişte flori de lotus. Spiralele indică energiile contrastante ale psihicului şi spiritului; energiile mistuitoare sau spirala neagră contrastează cu energiile

luminoase, spirituale ale spiralei albe, toate trebuind să fie puse în echilibru.

Sursa: Joseph Campbell, *The Mythic Image* (Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1974)

În continuare aveţi o foarte sumară descriere a lecţiilor de viaţă spirituale reprezentate de cele şapte chakre (vezi figura 3):

Prima chakră: lecţii legate de lumea materială;

A doua chakră: lecţii legate de sexualitate, muncă şi dorinţă trupească;

A treia chakră: lecţii legate de ego, personalitate şi respectul de sine;

A patra chakră: lecţii legate de iubire, iertare şi compasiune;

A cincea chakră: lecţii legate de voinţă şi exprimare de sine;

A şasea chakră: lecţii legate de minte, intuiţie, revelaţie şi înţelepciune;

A şaptea chakră: lecţii legate de spiritualitate

Aceste şapte lecţii de viaţă ne conduc către o conştiinţă mai înaltă. Dacă ignorăm responsabilitatea şi nevoia de a ne adresa conştient acestor şapte lecţii spirituale, energia lor se poate manifesta însă în boală. Într-adevăr, multe din tradiţiile spirituale orientale înţeleg boala ca fiind o epuizare a puterii interioare a cuiva sau a spiritului. Similitudinile dintre tradiţiile spirituale importante subliniază experienţa universal umană a legăturilor dintre spirit şi corp, dintre boală şi vindecare. Înţelese

mai degrabă simbolic decât literal, cele Şapte Taine Creştine sunt în mod clar asemănătoare în înţeles cu cele şapte chakre.

Puterea simbolică a Tainelor Creştine

Biserica Creştină a identificat şapte taine, oficial recunoscute ca ritualuri, care trebuiau conduse de capii unşi ai bisericii. Aceste şapte taine erau şi încă sunt ceremonii sacre ce imprimă individul cu (şi ca să folosesc limbajul specific creştin) anumite calităţi ale „graţiei sau energiei Divine”. Fiecare asemenea calitate a graţiei este unică tainei ei. În timp ce aceste şapte taine creştine sunt asociate în principal cu Biserica Romano Catolică, alte tradiţii creştine au păstrat multe din aceste taine, cum ar fi Botezul, Căsătoria şi Hirotonisirea.

În mod simbolic, fiecare taină reprezintă de asemenea şi o etapă a împuternicirii, ce invită Divinul direct în spiritul persoanei. Termenul de taină înseamnă un ritual ce invocă puterea sacrului în sufletul individului. Semnificaţia simbolică a tainelor transcende semnificaţia lor religioasă şi referirile mele la aceste taine nu ar trebui interpretate greşit, sugerând că oamenii au neapărat nevoie să primească aceste taine de la o instituţie creştină.

Tainele îndeplinesc funcţii simbolice pentru creşterea spre o maturitate spirituală şi pentru vindecare. Dar ele sunt, de asemenea, şi concrete în descrierea a ce trebuie să facem în etapele importante ale vieţii noastre pentru a accepta

responsabilitatea ce vine odată cu maturitatea spirituală. Tainele sunt acte pe care trebuie să le îndeplinim în afară de ritualurile care ni se fac. Reprezintă puteri pe care suntem meniţi să le dăruim altora şi în acelaşi timp să le primim de la alţii. Să luăm, de exemplu, Taina Botezului, în care familia acceptă responsabilitatea fizică şi spirituală pentru un copil pe care l-a adus pe lume. Provocarea noastră ca adulţi din punct de vedere spiritual este să acceptăm simbolic, deplin şi cu recunoştinţă familia în care ne-am născut. Botezul înseamnă, de asemenea, să onorăm familia şi pe noi înşine prin iertarea membrilor familiei pentru orice durere pe care ne-au cauzat-o în timpul copilăriei. Puterea conţinută într-o asemenea iertare este exact puterea care vindecă corpul.

Cele Şapte Taine şi scopurile lor simbolice sunt:

Botezul: a primi şi a dărui o expresie a graţiei reprezentând recunoştinţa pentru viaţa în această lume fizică.

Comuniunea/împărtăşania: a primi şi a dărui o expresie a graţiei – sub forma de a fi o „gazdă" care reprezintă sfânta uniune cu Dumnezeu şi cu oamenii din viaţa noastră.

Confirmarea/ Miruirea: a primi şi a dărui o expresie a graţiei care ne sporeşte individualitatea şi respectul de sine.

Căsătoria: a primi şi a dărui o binecuvântare realizând o uniune sacră cu sinele, simbol al recunoaşterii şi al onorării nevoii esenţiale de a

iubi şi de a avea grijă de sine pentru a putea să-L iubim deplin pe altul.

Confesiunea/Spovedania: a primi şi a dărui graţia pentru curăţarea sufletului de acte negative ale voinţei.

Hirotonisirea/Preoţia: a primi şi a dărui graţia pentru a sacraliza calea serviciului divin.

Maslul/Ungerea completă/Mirungerea: a primi şi a conferi graţia pentru a încheia treburile neterminate nu numai înaintea morţii, ci în fiecare zi, astfel permiţând unei persoane să iubească în „momentul prezent”.

Cele şapte etape ale iniţierii personale reprezintă puteri intrinseci pe care noi trebuie să le actualizăm, puteri pe care trebuie să le folosim în mod conştient şi pe care să le angajăm atunci când întâlnim încercări în viaţă.

Puterea simbolică a celor Zece Sefiroţi

Cei Zece Sefiroţi sau Copacul Vieţii din Kabbala cuprind o învăţătură complexă care a evoluat de-a lungul a multe secole, la fel ca şi învăţăturile despre chakre sau despre taine. În Kabbala medievală cei zece sefiroţi descriu cele zece calităţi ale naturii Divine. De vreme ce trei dintre cele zece calităţi sunt asociate cu alte trei, cele zece calităţi pot fi, de fapt, grupate în şapte nivele, deseori ilustrate sub forma miticului Copac al Vieţii întors invers, având rădăcinile în ceruri. Cei zece sefiroţi sunt consideraţi a fi expresia învăţăturii Divine despre faptul că „fiinţa umană a fost creată după chipul şi asemănarea lui

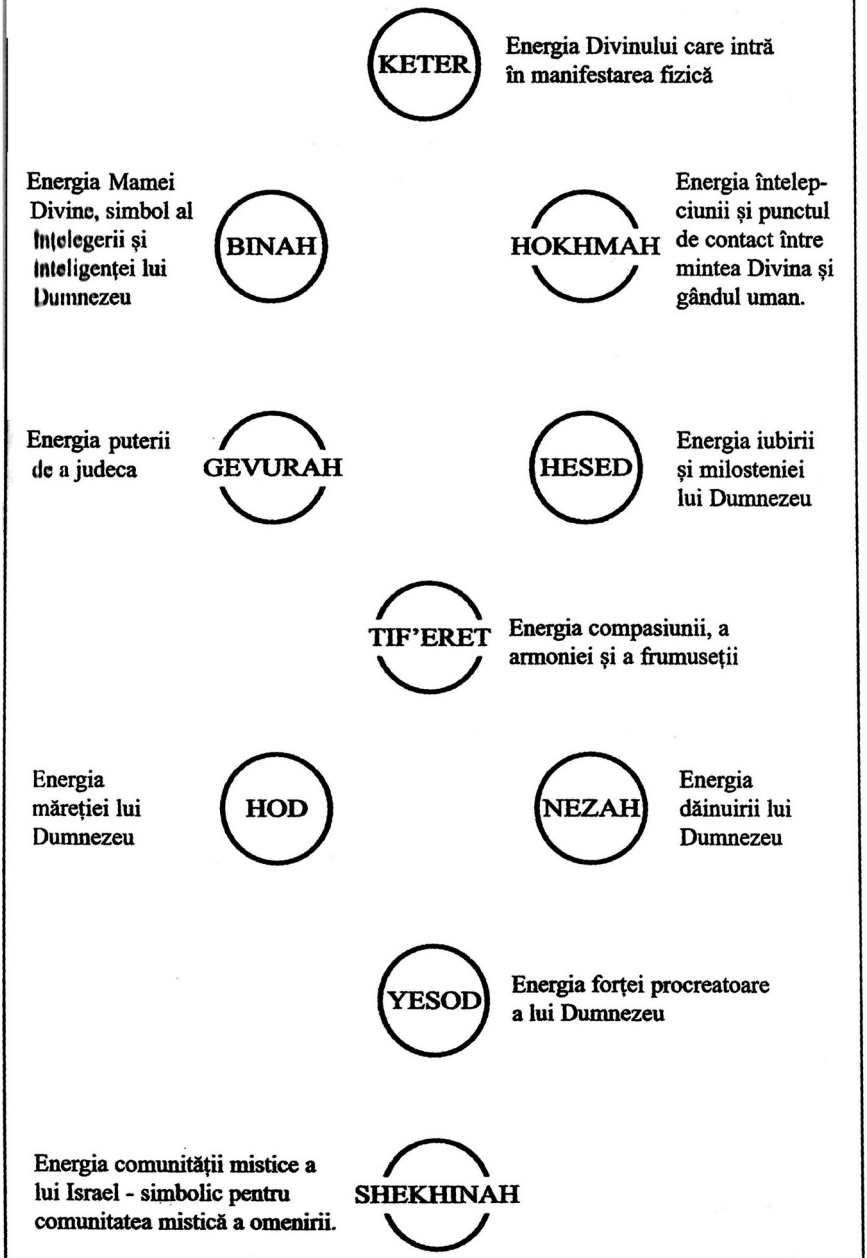
Dumnezeu" (Geneza 1: 27), după Daniel Chanan Matt în *Zohar*: *Cartea Iluminării* (Paulist Press, 1983). Divinul împarte aceste zece calităţi cu fiinţele umane, ele fiind puterile spirituale pe care noi suntem mandataţi să le dezvoltăm şi să le rafinăm în viaţa noastră.

Deşi iudaismul păstrează cea mai abstractă faţă a lui Dumnezeu, cei zece sefiroţi se apropie în descrierea personalităţii lui Yahweh atât cât este permis. Spre deosebire de alte tradiţii religioase, iudaismul nu a considerat profeţii săi ca fiind încarnări directe ale Divinului însuşi. Prin contrast, chiar buddhismul a început printr-un bărbat, Siddhartha, care a fost hărăzit pentru a purta mesajul iluminării printre oamenii de pe Pământ. Buddhismul nu înfăţişează o forţă divină asemănătoare omului, dar Hinduismul are mulţi zei care au venit pe Pământ, iar creştinismul îl are pe „fiul lui Dumnezeu" care a trăit pentru treizeci şi trei de ani printre oameni.

Cei zece sefiroţi sunt calităţi ale Divinului care alcătuiesc de asemenea, fiinţa umană arhetipală. Aceste calităţi sunt interpretate atât ca esenţă a lui Dumnezeu, cât şi drept căi prin care ne putem întoarce la Dumnezeu. Fiecare calitate reprezintă o progresie către o şi mai puternică revelaţie a „numelor" sau „feţelor" lui Dumnezeu. Deseori, cele zece calităţi sunt descrise drept hainele Hainelor Regelui, care ne permit să ne uităm direct la Rege, sursa luminii Divine, fără a fi orbiţi. Cealaltă imagine, a copacului răsturnat, simbolizează faptul că rădăcinile acestor zece calităţi sălăşluiesc adânc în natura Divină care ne

atrage înapoi către ceruri prin intermediul rugăciunii, contemplaţiei şi al acţiunii. Sarcina noastră este să urcăm la sursa noastră divină dezvoltând aceste zece calităţi în noi înşine.

FIGURA 4: CEI ZECE SEFIROȚI: COPACUL VIEȚII



Calităţile cuprinse în cei zece sefiroţi, tainele creştine şi sistemul chakrelor sunt virtual identice. Singura diferenţă este în felul în care sunt numerotate aceste puteri. În timp ce tainele şi chakrele încep de la bază cu numărul unu şi continuă numărătoarea în sus, ce zece sefiroţi încep cu numărul unu aflat în vârf (rădăcinile copacului) şi continuă numărătoarea în jos. Dar altfel, calităţile atribuite fiecăruia din cele şapte nivele sunt virtual aceleaşi. Ordinea acceptată a celor zece sefiroţi, numele cele mai frecvent folosite şi înţelesul lor simbolic simt după cum urmează (vezi fig.4):

1. **Keter** (câteodată scris Kether Elyon) – coroana supremă a lui Dumnezeu, reprezentând acea parte a Divinului care inspiră manifestarea fizică. Acest sefirot este cel mai nedefinit, de aceea şi cel mai inclusiv/cuprinzător. Nu există identitate, nici particularitate în acest punct de început între cer şi pământ.

2. **Hokhmah** – înţelepciune. Acest sefirot reprezintă punctul de contact între mintea Divină şi gândul omenesc. Prin această energie încep să se formeze manifestările fizice. Forma precede expresia prezentă. Acest sefirot poate, în limbaj contemporan jungian, să fie asociat cu energia inconştientului denumit animus, pentru că are în el o tonalitate masculină. Se poate asocia cu al treilea sefirot, Binah.

3. **Binah** – înţelegerea şi inteligenţa lui Dumnezeu. Binah este de asemenea şi Mama Divină, pântecele unde totul este pregătit pentru naştere. Aceasta este contrapartea lui Hokhmah,

anima.

4. **Hesed** – iubirea sau milostenia lui Dumnezeu; şi generozitatea. Acest sefirot este asociat cu al cincilea, Gevurah.

5. **Gevurah** (cunoscut şi ca Din) – puterea, judecata şi pedeapsa. Hesed şi Gevurah sunt considerate braţul drept şi braţul stâng ale lui Dumnezeu. Cele două calităţi se echilibrează una pe alta.

6. **Tif'eret** (cunoscut şi ca Rahamin) – compasiunea, armonia şi frumuseţea. Acest sefirot este considerat trunchiul copacului său, ca să folosim un simbol comparabil, inima copacului.

7. **Nezah** (cunoscut şi ca Netsah) – rezistenţa, trăinicia, stabilitatea lui Dumnezeu. Acest sefirot este asociat cu cel de-al optulea, Hod, şi împreună reprezintă picioarele lui Dumnezeu.

8. **Hod** – măreţia lui Dumnezeu. Împreună, Nezah şi Hod formează piciorul drept şi piciorul stâng ale lui Dumnezeu. Ele sunt şi sursa profeţiei.

9. **Yesod** – falusul, forţa procreatoare a lui Dumnezeu, energie combinată în formă fizică. Acest sefirot este cunoscut şi ca fiind Cel Drept, la care, în Proverbe 10: 25, se făcea referire ca fiind „fundaţia lumii".

10. **Shekhinah** (cunoscut şi ca Keneset Yisra'el şi Malkhut sau Malkhuth) – femininul, comunitatea mistică a lui Israel. Întregul Israel este format din picioarele ei (Zohar 3: 231b). Echilibrând energia masculină a lui Yesod, Shekhinah este feminin şi are multe nume

feminine: Pământ, Luna, Trandafir, Grădina Edenului. Aceasta este forţa de viaţă înrădăcinată, hrănind tot ceea ce este viu.

Când Tif'eret (compasiunea) şi Shekhinah (femininul) se combină, sufletul omenesc se trezeşte şi începe o călătorie mistică. În acel moment sefirotul încetează să mai fie doar abstract şi devine de asemenea o hartă detaliată a dezvoltării spirituale, conducând individul pe drumul său ascendent

Chiar şi la o privire sumară, înţelesurile arhetipale ale chakrelor, ale tainelor şi ale sefiroţilor sunt identice. Dacă puteţi simţi şi înţelege puterea simbolică conţinută în toate aceste tradiţii, aţi început să folosiţi puterea vederii simbolice. Puteţi înţelege teologia drept o ştiinţă a vindecării corpului, a minţii şi a spiritului. Combinând înţelepciunea sistemului chakrelor cu puterea sacră intrinsecă a Tainelor Creştine şi trăsăturile Divine articulate în cei zece sefiroţi, obţinem o privire adâncă asupra nevoilor spiritelor noastre şi ale corpurilor noastre. Ceea ce serveşte spiritul, hrăneşte şi corpul. Ceea ce slăbeşte spiritul, slăbeşte şi corpul.

Cum lucrează împreună Chakrele, Tainele şi Sefiroţii

Fiecare din cele şapte nivele de putere ale sistemului nostru biologic conţine un singur adevăr sacru. Acest adevăr pulsează continuu înăuntrul nostru, îndrumându-ne să trăim după dreapta folosinţă a puterilor sale. Suntem născuţi

cu o cunoaştere intrinsecă despre aceste şapte adevăruri, ţesute în sistemul nostru energetic. Violând aceste adevăruri slăbim atât spiritul, cât şi corpul fizic, în timp ce, slăvindu-le, respectându-le, ne sporim puterea spiritului şi a corpului nostru fizic.

@Energia este putere, iar corpurile noastre au nevoie de putere. Prin urmare, corpurile cer putere. Chakrele, sefiroţii şi Tainele vorbesc toate despre interacţiunea cu puterea şi despre preluarea controlului asupra propriei noastre puteri în procese din ce în ce mai intense. La primul nivel, de exemplu, învăţăm să ne descurcăm având o identitate de grup şi puterea ce vine din familie; mai târziu, la următoarele nivele, ne individualizăm şi administrăm puterea ca adulţi. Treptat, învăţăm să ne conhuwin mintea, gândurile şi spiritul. Fiecare alegere pe care o Otvem, motivată fie de credinţă, fie de frică, ne conduce spiritul I) ucă spiritul unei persoane este impregnat de fiică, atunci fricii se întoarce în câmpul energetic al corpului ei. Dacă o perei urnă îşi conduce spiritul în credinţă, atunci graţia se întoarce în câmpul său energetic şi sistemul său biologic înfloreşte.

Toate cele trei tradiţii susţin că, eliberându-ţi spiritul în lumea fizică prin frică şi negativitate este un act de necredinţă h! unei voinţe personale care a ales peste voinţa cerurilor. În termeni spirituali orientali, fiecare acţiune creează karma. Actele de conştienţă, de trezire, creează karmă bună; actele de frică sau negativitate creează karma rea, caz în care persoana trebuie să-şi

„retragă” spiritul din frica ce a motivat acţiunea negativă. În tradiţia creştină, Taina Confesiunii este actul de a retrage spiritul din locurile negative pentru a intra complet în ceruri. În limbajul iudaic, o teamă care are atâta putere asupra unui om este un „fals dumnezeu”. În cuvintele învăţătorului meu Athabascan, Rachel, cineva îşi cheamă înapoi spiritul din rătăcirile sale, astfel încât să poată merge pe calea cea dreaptă.

Suntem simultan materie şi spirit. Pentru a ne înţelege şi pentru a fi sănătoşi atât în corp, cât şi în spirit, trebuie să înţelegem cum interacţionează materia şi spiritul, ce absoarbe spiritul sau forţa de viaţă afară din corpul nostru şi cum ne putem recupera spiritul de la falşii zei ai fricii, furiei şi ataşamentelor faţă de trecut. Fiecare ataşament pe care îl păstrăm din fiică, creează un traseu prin care spiritul nostru să părăsească câmpul nostru energetic şi, folosind un termen biblic, „să sufle viaţa peste pământ” – pământ care ne costă sănătatea. Ceea ce ne secătuieşte spiritul, ne secătuieşte corpul. Ceea ce ne alimentează spiritul, ne alimentează şi corpul. Puterea care alimentează corpurile noastre, mintea noastră şi inima noastră nu îşi are originea în ADN. Mai degrabă îşi are originea în Divinitatea însăşi. Adevărul este cât se pare de simplu şi este etern.

Trei adevăruri sunt comune acestor tradiţii spirituale şi principiilor medicinii intuitive.

1. Folosind puterea spiritului într-o direcţie greşită, se vor genera consecinţe asupra corpului

şi asupra vieţii.

2. Fiecare om va întâlni o serie de încercări care îi vor testa alianţa sa cu cerul. Aceste teste vor veni sub forma dezintegrării puterii fizice de bază: pierderea inevitabilă a sănătăţii, a familiei, a bogăţiei sau a puterii lumeşti. Pierderea va activa o criză a credinţei, forţând omul să se întrebe: „Ce este aceasta sau cine este acesta în care îmi pun eu credinţa? 66 sau „în mâinile cui mi-am încredinţat eu spiritul? 66 Dincolo de aceste pierderi majore, ceea ce poate stârni oamenii să caute înţelesuri mai adânci şi o „ascensiune" psihologică şi spirituală este, de obicei, o disfuncţie fizică ce creează un cutremur personal şi profesional. Vom fi tentaţi cu toţii să ne uităm în sus atunci când ne fuge pământul de sub picioare.

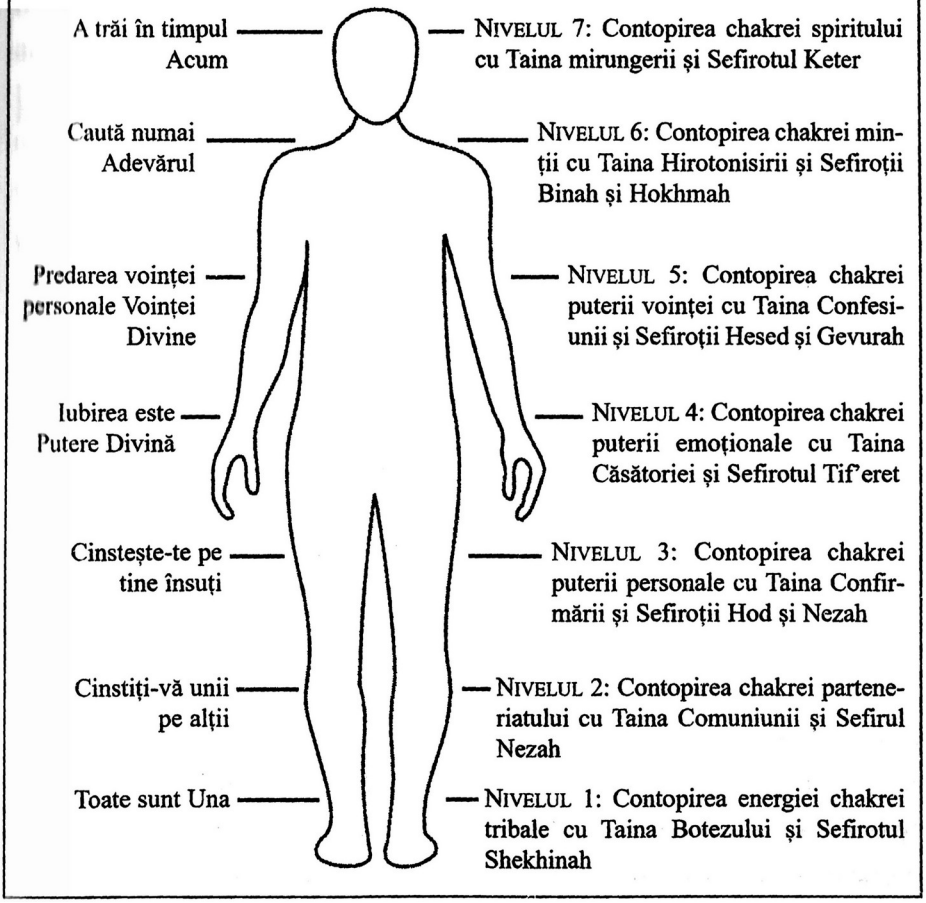
3. Pentru a îndrepta direcţia greşită a spiritului, trebuie să existe voinţa de a te elibera de trecut, de a-ţi curăţa spiritul şi a te întoarce în momentul prezent. „Crede ca şi cum ceea ce ai cerut, este deja împlinit" este ordinul spiritual din Cartea lui Daniel despre vizualizare sau rugăciune în timpul prezent.

În toate cele trei tradiţii spirituale lumea fizică serveşte HHipului ca spiritele noastre să înveţe, iar „testele" pe care le întâlnim urmează un anume tipar precomandat.

În sistemul chakrelor (vezi fig. 5) fiecare centru energetic lluvhează o anumită putere. Aceste puteri se înalţă de la cea inul densă putere fizică până la cea mai eterică sau spirituală putere. Este de remarcat că şi încercările care apar în calea noii Nlră tind să urmărească această

aliniere. Chakrele unu, doi

FIGURA 5: PUTEREA DIVINĂ DIN LĂUNTRUL ARHITECTURII NOASTRE BIOLOGICE



şi trei sunt calibrate problemelor ce implică puterea noastră fizică sau externă. Chakrele patru, cinci, şase şi şapte sunt calibrate pentru puterea non-fizică sau internă. Când le aliniem cu Tainele şi Sefiroţii nu obţinem numai scenariul dezvoltării conştiinţei noastre, ci şi un limbaj spiritual al vindecării şi o hartă simbolică a vieţii

cu inevitabilele încercări de-a lungul procesului nostru de vindecare.

Cele Şapte Adevăruri Sacre

Puterea externă

Nivelul Unu: Combinarea dintre Chakra Unu sau Chakra Tribală (Muladhara), Taina Botezului şi Sefirotul Shekhinah.

Puterea creată de aceste forţe arhetipale transmite în energia noastră şi în sistemele noastre biologice adevărul sacru *Toate sunt Una*. Suntem interconectaţi cu întreaga viaţă şi unii cu alţii. Fiecare dintre noi trebuie să înveţe să respecte acest adevăr. Conectându-ne la energia oricăreia dintre aceste forţe arhetipale, ne conectăm la acest adevăr. Chakra Tribală rezonează cu nevoia noastră de a respecta legăturile de familie şi de a avea un cod al onoarei în noi înşine. Mai întâi întâlnim adevărul *Toate sunt Una* în cadrul familiei biologice, învăţând să respectăm „legătura de sânge”. Familia voastră poate să vă înveţe în biserică sau în sinagogă: „Suntem toţi parte dintr-o singură familie Divină. *Toate sunt Una* Legătura voastră cu familia biologică este simbolică / reprezentativă pentru legătura voastră cu oricine şi cu orice înseamnă viaţă. După cum spune Thich Nhat Hanh, noi „inter-suntem”. Încălcând această legătură, de exemplu, considerând că cei care sunt diferiţi de noi sunt mai puţin decât noi, creează conflict în spiritul nostru şi, prin urmare, şi în corpul nostru fizic. Acceptarea şi HC (ionarea în spiritul adevărului fundamental *sunt Una* onto o încercare spirituală universală.

În Taina Botezului o familie creează două legăminte. Mai întâi acceptă responsabilitatea fizică pentru noua viaţă care s-a nfiscut în mijlocul ei şi, în al doilea rând, toţi membrii săi acceptă responsabilitatea de a preda copilului principiile spirituale. Îndeplinirea acestor responsabilităţi creează o fundaţie solidă a credinţei şi a adevărului pe care se poate baza de-a lungul vieţii.

Pentru un adult, Taina Botezului ca simbol poartă alte două angajamente. Mai întâi, noi avem nevoia spirituală de a accepta deplin familia noastră de origine ca fiind „aleasă de Divinitate" pentru a ne învăţa lecţiile de care avem nevoie în această viaţă. Apoi, ne dedicăm acceptării responsabilităţii pentru a trăi în mod onorabil ca membru al tribului, de a face altora ce am vrea să ne facă ei nouă şi pentru a respecta întreaga viaţă pe Pământ. Îndeplinind aceste două angajamente, în esenţă, ne botezăm noi înşine, ne respectăm şi ne onorăm viaţa. Renegarea acestui legământ prin felul în care privim familia de origine în termeni negativi, de exemplu, consumă foarte multă putere din sistemul nostru energetic, pentru că se opune adevărului înalt din acest sistem energetic.

Sefirotul Shekhinah, al cărui nume înseamnă „prezenţă divină", este conştiinţa Divină ce creează şi proiectează comunitatea mistică a lui Israel. Dintr-o perspectivă simbolic universală, conştiinţa Divină creează şi protejează toate triburile rasei umane. Shekhinah este, de asemenea, o poartă către Divin: „Cel ce vrea să intre, intră prin această poartă" (Zohar 1: 7 b) – una din cele mai potrivite descrieri, deoarece

Shekhinah rezonează cu Chakra Unu sau Chakra Tribală a sistemului energetic uman. Pentru a ne înălţa în adevărul spiritual ea sugerează că mai întâi trebuie să ne respectăm familiile şi toate comunităţile omeneşti.

Nivelul Doi: combinarea dintre Chakra Relaţiilor (Svadisthana), Taina Comuniunii/împărtăşaniei şi Sefirotul Yesod

Puterea creată de aceste trei forţe arhetipale transmite în sistemele noastre adevărul sacru *Respectaţi-vă unul pe altul*. Din Chakra Relaţiilor primim puterea de a acţiona cu integritate şi respect în toate relaţiile noastre, de la căsătorie la prietenie şi la legăturile profesionale. Această energie este în mod particular activă deoarece rezonează cu toate activităţile financiare şi creative. Integritatea şi onoarea sunt necesare sănătăţii. Când ne încălcăm onoarea sau o compromitem în orice fel, ne contaminăm spiritele şi corpurile fizice.

În mod reprezentativ, Taina Comuniunii/împărtăşaniei radiază în sistemul nostru adevărul că fiecare persoană „cu care împărtăşim o legătură" este o parte din viaţa noastră desemnată de Planul Divin. Când „rupem pâinea" cu cineva, noi afirmăm simbolic că suntem toţi parte dintr-o singură familie spirituală, că fiecare din cei pe care îi cunoaştem este prezent graţie Planului Divin şi că noi toţi avem nevoie unul de altul pentru a ne îmbogăţi vieţile. Faptul că unele din aceste „uniuni" sunt dureroase este necesar. Orice persoană din viaţa noastră joacă un rol esenţial în dezvoltarea noastră. Problema este

să devenim suficient de maturi pentru a recunoaşte şi a trăi după acest adevăr. Este nenatural, din perspectivă spirituală, să privim oamenii drept duşmani sau să fim noi înşine un duşman. Relaţiile negative generează o energie negativă care blochează vederea simbolică. Nu putem vedea scopul Divin dintr-o uniune pe care alegem să o înţelegem şi interpretăm negativ.

Sefirotul Yesod încorporează chakra a doua sau energia cojik Hvă. Yesod este falusul, nevoia procreatoare de a planta seminţe de viaţă, de a crea materie din energie, de a forma ceva din p atenuaiitate. Înăuntrul acestui sefirot creaţia este un act mutual, un dualism natural din care izvorăşte viaţa. Yesod reprezintă nei Miln energiei noastre de a forma uniuni sacre cu alte fiinţe umane, uniuni din care rezultă continuitatea vieţii. Suntem atraşi spiritual să ne conectăm cu sacrul dinăuntrul altor oameni, să ne unim sufletul cu sufletul unui partener. Intimitatea este ea însăşi o formă ill uniune sacră şi Sefirotul Yesod ne atrage în mod natural către i d cu care este posibilă o uniune sacră. Când într-o uniune sacră Itu reuşim să ne respectăm legămintele făcute sau când le încălil Atu, violăm propriul spirit. Viaţa ne cere uneori să reconsiderăm convenienţele noastre, şi astfel apar divorţurile atât în căsătorie, olit şi în alte tipuri de uniuni. Actul divorţului în el însuşi nu este dezonorant, dar suntem meniţi să fim conştienţi de maniera în care ne purtăm în timpul acestui proces de tăiere a unui legământ.

Nivelul Trei: Combinarea dintre Chakra Puterii Personale (Manipura), Taina Miruirii şi

Sefiroţii Hod şi Nezah.

Puterea creată de aceste patru forţe arhetipale transmite în sistemul nostru adevărul sacru *Cinsteşte-te pe tine însuţi*. Toate cele patru forţe arhetipale ne conduc la acest nivel, către o dezvoltare a aprecierii de sine şi a respectului de sine. Chakra conţine „instinctul de conservare”, simţul care ne protejează când suntem în pericol fizic sau ne avertizează faţă de energia şi acţiunile negative ale altor persoane. Încălcăm această energie când nu ţinem cont de instinctele noastre.

Înţelesul simbolic al Tainei Miruirii este acceptarea responsabilităţii pentru calitatea persoanei ce devenim. O parte din acest proces de a deveni conştienţi de noi înşine este o experienţă de „iniţiere” sau o ceremonie de „atingere a vârstei majoratului (spiritual)”. Spiritul ne cere o asemenea experienţă sau ceremonie ca pe ceva care să marcheze intrarea noastră în maturitate; când nu există un asemenea marcaj, o impresie negativă conştientă sau inconştientă ori un gol se manifestă printr-o slăbiciune de natură psihologică. Unele din aceste manifestări sunt: o nevoie continuă de aprobare din partea altor oameni, ceea ce poate spori o nesănătoasă asociere şi identificare cu bande, secte sau alte grupări de acest fel; o incapacitate de a se aprecia pe sine; o incapacitate de a dezvolta un sens sănătos al sinelui ca individ. Capacitatea de a spicui din călăuzirea intuitivă a propriului spirit rezidă într-un puternic simţ al sinelui şi în respectul faţă de acel sine.

La fel de important este rolul stimei de sine,

al aprecierii de sine în vindecarea şi menţinerea unui corp sănătos. Când nu avem respect de sine, relaţiile noastre cu alţii sunt temporare şi sunt doar fragile stări de intimitate. Ne temem continuu de un abandon pentru că acţiunile noastre sunt conduse de teroarea de a fi singuri. A te confirma pe sine – pentru a dezvolta şi a recunoaşte un cod personal al onoarei – este crucial pentru crearea unui corp sănătos. Nu există sănătate fără onoare.

Înţelesul simbolic al Sefirotului Nezah este rezistenţa, puterea de a păstra forţa, tăria şi vitalitatea dincolo de capacitatea corpului fizic. Această putere se trezeşte când ne acceptăm viaţa aşa cum este. Noi pierdem această putere atunci când ne concentrăm asupra a ceea ce ne lipseşte din viaţă sau când vedem viaţa goală şi fără sens şi atunci avem nevoie să învăţăm să acceptăm responsabilitatea personală pentru că noi am creat-o aşa.

Înţelesul simbolic al Sefirotului Hod este maiestatea sau integritatea, o energie care ne permite să transcendem limitările sinelui şi să ne trezim legătura spirituală cu autoritatea Divină. Energia lui Hod este sporită prin dezvoltarea unei atitudini de apreciere şi mulţumire pentru tot ceea ce are o persoană şi pentru darul vieţii înseşi.

Împreună, Nezah şi Hod sunt picioarele simbolice ale timpului uman. Împreună cu energiile feminine şi masculine wle chakrei trei, sugerează nevoia de a crea o uniune spirituală din această dualitate internă – şi fără auto-apreciere şi cinstire personală nu vom reuşi niciodată să stăm

pe picioarele noastre, de la propriu, fie simbolic.

Puterea Internă

Nivelul Patru: Combinarea dintre Chakra Puterii Emoţionale (Anahata), Taina Căsătoriei şi Sefirotul Tif'eret.

Puterea creată de aceste trei forţe arhetipale transmite în Nistemele noastre adevărul sacru *Iubirea este o Putere Divină*. Acest centru energetic este punctul central al puterii conţinute în sistemul energetic uman, uşa simbolică ce duce către lumea noastră interioară.

Energia acestei chakre ne transmite cunoaşterea că iubirea este singura putere autentică. Nu numai mintea şi spiritul nostru, ci şi corpul nostru are nevoie de iubire pentru a supravieţui şi a înflori. Încălcăm această energie când acţionăm asupra altora fără iubire. Când adăpostim emoţii negative faţă de alţii sau faţă de noi înşine, sau când creăm durere altora în mod intenţionat, ne otrăvim sistemele fizice şi spirituale. De departe cea mai puternică otravă pentru spiritul uman este incapacitatea de a se ierta pe sine sau pe altcineva. Aceasta creează un handicap în resursele emoţionale ale unei persoane. Testul inerent conţinut în această chakră este rafinarea capacităţii noastre de a-i iubi pe alţii la fel cum ne iubim pe noi înşine şi de a dezvolta puterea iertării.

Simbolic, Taina Căsătoriei aduce în vieţile noastre nevoia şi responsabilitatea de a explora iubirea. Mai întâi trebuie să ne iubim pe noi înşine şi prima noastră căsătorie trebuie să fie una simbolică: un angajament pentru a împlini

conştient nevoile noastre emoţionale pentru a fi capabili să-i iubim şi să-i acceptăm pe alţii necondiţionat. A învăţa să ne iubim pe noi este o mare provocare pentru toţi; nici unul dintre noi nu se naşte iubindu-se pe sine. Trebuie să muncim pentru aceasta. Când ne neglijăm din punct de vedere emoţional nu devenim otrăviţi numai emoţional, ci aducem acele otrăvuri în toate relaţiile noastre, în special în căsătorie.

Nivelul Cinci: Combinarea dintre Chakra Voinţei (Vishuddha), Taina Confesiunii şi Sefiroţii Hesed şi Gevurah.

Puterea creată de aceste patru forţe arhetipale transmite în sistemele noastre adevărul sacru *Renunţă la voinţa personală în favoarea Voinţei Divine*. Această renunţare este cel mai mare act pe care îl putem face pentru a aduce stabilitatea spirituală în vieţile noastre. Fiecare dintre noi deţine o anume conştienţă asupra faptului că ne-am născut pentru un scop anume, că viaţa conţine un Plan Divin. Cea de-a cincea chakră este centrul acelei conştienţe şi al dorinţei noastre de a fi în legătură cu Pianul Divin.

Pe măsură ce ne maturizăm, noi toţi încercăm să ne construim vieţile după voinţa noastră. Mai întâi ne separăm de părinţi, ne stabilim independenţa şi căutăm să facem o carieră. Apoi, inevitabil, apare un eveniment sau o criză. Probabil o ocupaţie care nu se potriveşte planului sau o căsătorie care nu merge ori apare o boală. Indiferent de felul crizei ce apare, descoperim că ne aflăm într-o situaţie care ne forţează să ne confruntăm cu limitările resurselor

noastre interne care ne împiedică să împlinim planurile cu succes. Odată ce ne aflăm în această situaţie inevitabilă, apar întrebările: „Care este menirea mea în această viaţă? Care a fost scopul pentru care m-am născut?”. Aceste întrebări pregătesc terenul pentru alinierea voinţei noastre cu Planul Divin, cea mai importantă alegere pe care o putem face.

Această unică alegere, făcută în credinţă şi încredere, permite Autorităţii Divine să intre în viaţa noastră şi să transforme eforturile noastre în succese, precum şi rănile noastre în puteri. În timp ce noi s-ar putea să dorim sau să nu dorim conştient să ne predăm voinţa personală Autorităţii Divine, suntem siguri că vom întâlni numeroase oportunităţi pentru a realiza aceasta. Un stimulent pentru a face această alegere rezidă în poveştile de viaţă, în luptele din care oamenii ce le-au trăit nu au obţinut decât durere şi eşec până când i-au spus lui Dumnezeu: „Preia tu controlul/6 Acte extraordinare de sincronicitate le-au umplut apoi vieţile şi noi relaţii pentru inimile lor au apărut. Încă aştept să întâlnesc persoana care a regretat spunând Divinului „Sunt al tău cu totul”.

În mod simbolic, Taina Confesiunii comunică sistemelor noastre învăţătura despre faptul că este împotriva construcţiei noastre naturale să distorsionăm adevărul. A minţi este o violare atât a corpului, cât şi a spiritului pentru că sistemul energetic uman identifică minciuna ca pe o otravă. Spiritul şi corpul au nevoie de cinste şi integritate pentru a prospera. Pentru acest motiv avem o nevoie intrinsecă să scăpăm de toate distorsiunile

pe care le-am creat. Confesiunea este curăţarea a tot ceea ce nu este cinstit în noi înşine. Ea vindecă pagubele pe care le creăm prin folosirea incorectă a voinţei personale. Curăţarea spiritului este pasul cel mai important în procesul vindecării. În programele de vindecare psihologico-spirituale cum ar fi programele celor 12 Paşi, confesiunea şi renunţarea la voinţa personală în favoarea unei „puteri mai mari decât a ta însuţi" simt chiar premizele succesului. Psihoterapia, de asemenea, este o formă contemporană de confesiune. Confesiunea retrage spiritul de sub autoritatea lumii fizice şi îl redirecţionează către lumea Divină.

De la Sefirotul Hesed, ceea ce înseamnă „măreţie" şi „iubire", primim instinctul natural şi indicaţia spirituală de a vorbi astfel încât să nu-i rănim pe alţii. Comunicarea folosind această calitate a energiei este fără efort; violăm această energie şi ne otrăvim atunci când nu rostim adevărul. Într-adevăr, nu trebuie să ne mărturisim greşelile altora dacă, făcând astfel, îi vom răni şi mai mult Trebuie să mărturisim aşa încât să putem redirecţiona energia noastră în acţiuni pozitive şi într-un comportament pozitiv, eliberându-ne de povara negativităţii şi a emoţiilor care induc vinovăţia. Nu suntem construiţi să fim critici faţă de alţii sau faţă de noi înşine; gândim rău faţă de alţii numai din frică. Rostirea cuvintelor care îi rănesc pe alţii contaminează atât persoanele respective, cât şi pe noi înşine, iar corpul nostru fizic ne consideră pe noi responsabili pentru această formă de distrugere.

(în buddhism acesta este preceptul Vorbirii Corecte). Cunoaşterea înnăscută despre responsabilitate generează vinovăţia pe care o simţim deseori în urma actelor noastre negative, şi de aceea suntem forţaţi să căutăm confesiunea pentru a ne vindeca.

Sefirotul Gevurah, care înseamnă, judecată" şi „putere" transmite în sistemele noastre energetice conştienţa că ar trebui să nu judecăm negativ în mod intenţionat niciodată pe nimeni şi nici pe noi înşine. Judecăţile negative creează consecinţe negative, atât în corp cât şi în mediul înconjurător.

Nivelul Şase: Combinarea dintre Chakra Minţii (Ajna), Taina Hirotonisirii şi Sefiroţii Binah şi Hokhmah.

Puterea creată de aceste patru forţe arhetipale transmite în sistemele noastre învăţătura sacră *Caută Numai Adevărul*. Din Chakra Minţii primim energia pentru a căuta răspunsurile misterelor pe care le întâlnim. Din arhitectura noastră Divină avem întrebarea, DE ce?" şi vrem să ştim astăzi mai mult decât am ştiut ieri. Energia ce pulsează din această chakră ne îndrumă continuu să evaluăm adevărul şi integritatea credinţelor noastre. Aşa cum ştim instinctiv din naştere că a avea credinţă în orice sau în oricine care nu este integru, ne contaminează spiritele şi corpurile.

Noi toţi vom întâlni circumstanţe care ne vor determina să ne schimbăm credinţele şi astfel să ne apropiem de adevăr. Ne maturizăm în credinţele noastre cu fiecare pas, cu fiecare

experienţă pe care o trăim. Energia din chakra şase ne împinge fără tăgădă să renunţăm la percepţiile care sunt neadevărate. Când acţionăm împotriva acestei energii, noi blocăm în mod conştient adevărurile profunde să pătrundă în câmpul nostru mental, iar sistemul nostru de percepţie este învăluit de nori.

Taina Hirotonisim, în sens literal, este actul de a fi numit preot şi de a prelua oficial sarcina de a fi întreaga viaţă un canal de lucru al sacrului. Noi toţi vrem să avem o contribuţie valoroasă şi semnificativă în vieţile altor oameni, să simţim că ceea ce facem este sacru (în buddhism, *„A-şi câştiga existenţa corect*). Indiferent de sarcina noastră de viaţă, fie ea de vindecător, părinte, om de ştiinţă, fermier, bun prieten, noi devenim canale pentru energia Divină. Dobândim Hirotonisirea în mod simbolic atunci când cei cu care trăim sau muncim alături recunosc contribuţiile pe care le aducem ca fiind benefice dezvoltării lor personale sau spirituale. Străduindu-ne să devenim de ajutor şi fără să judecăm oamenii cu care trăim sau muncim creează un canal pentru energia Divină în interiorul nostru. Oamenii care radiază iubire şi energie menite să sprijine sunt recunoscuţi ca posedând energia hirotonisim, harul. Ei sunt instrumente ale intervenţiei Divine. Fiecare dintre noi are potenţialul de a deveni un astfel de canal Divin, să fie în serviciul altora prin reflectarea acestei energii sacre, care este definiţia contemporană a preoţiei.

Pentru a ne ajuta să devenim astfel de canale

ale energiei divine şi ale acţiunii sale, Sefirotul Hokhmah transferă în sistemele noastre impulsul de a invoca sprijinul înţelepciunii Divine în capacităţile noastre de a raţiona, în special în momentele în care logica umană pare să conducă spre nicăieri.

Hokhmah ne ajută să învăţăm să echilibrăm raţiunea şi judecata, să ne păstrăm în linia adevărului şi să luăm decizii care creează cele mai bune consecinţe pentru noi înşine şi pentru cei cu care interacţionăm.

Sefirotul Binah sprijină energia lui Hokhmah, pulsând în cel mai adesea bruta energie a raţiunii umane o mai dulce şi mai legată de emoţional putere a înţelegerii Divine. Combinarea dintre Hokhmah şi Binah este menită să servească drept sistem intern de navigaţie, inspirându-ne să transcendem limitările gândirii umane şi să atingem, ca şi în cazul figurii biblice, Solomon, o claritate mentală care permite raţiunii Divine să se unească cu procesul nostru de gândire.

Cu cât ne eliberăm mai mult de tendinţa învăţată de a judeca, cu atât mai mult ne deschidem minţile către o calitate a înţelegerii care este Divină în originea sa. Raţiunea omenească nu poate răspunde niciodată misterelor vieţii noastre. Nu poate răspunde complexei întrebări: de ce lucrurile se întâmplă aşa cum se întâmplă. Putem dobândi un adevărat sentiment al păcii faţă de viaţă numai dacă ne eliberăm de nevoia de a şti din punct de vedere al raţiunii omeneşti de ce lucrurile se întâmplă astfel, şi dacă îmbrăţişăm raţiunea Divină: „Lasă-

mă să ştiu ceea ce sunt capabil să ştiu şi să am încredere că, dincolo de toate evenimentele, nu contează cât de dureroase, există un motiv din care izvorăşte binele/6

Nivelul Şapte: Combinarea dintre Chakra Spiritului (Sahasrara), Taina Ungerii/Maslului şi Sefirotul Keter.

Puterea creată de aceste trei forţe arhetipale transmite în sistemele noastre adevărul sacru *Trăieşte în momentul prezent*. Pentru că noi suntem esenţialmente creaţii spirituale, nevoile noastre spirituale sunt cruciale pentru starea noastră de bine, ca şi nevoile fizice sau chiar şi mai mult de atât.

Chakra Spiritului ne spune că spiritul nostru este etern. Că suntem mai mult decât corpuri fizice, un adevăr care ne consolează de-a lungul multor sfârşituri de viaţă care sunt parte din experienţa umană. Aparenta relaţie a corpurilor noastre cu un timp cronologic este o iluzie, una pe care spiritul nostru este însărcinat să o descopere. Este nenatural ca modelul nostru Divin să ne lase gândurile să trăiască prea mult în trecut; un asemenea dezechilibru creează găuri în timp care interferează cu capacitatea noastră de a trăi în prezent şi de a primi călăuzire spirituală în fiecare zi. Această călăuzire nu ar avea niciun sens dacă noi ne-am concentra atenţia numai asupra descoperii misterelor din ziua de ieri. Dacă trăim complet şi deplin în momentul prezent, misterele lui ieri ni se vor dezvălui treptat.

Spiritele noastre sunt atrase instinctiv de adevărul sacru. Din acesta putem primi inspiraţia

care ne înalţă în extaz, înflorim, prosperăm şi ne vindecăm în momentele extatice, când spiritele noastre devin mai puternice decât corpurile noastre şi corpurile noastre pot răspunde comenzilor spiritelor noastre.

Nevoia de a trăi în momentul prezent este sprijinită de Taina Ungerii. Această taină a fost creată pentru a ajuta oamenii să elibereze spiritul înainte de moarte. În mod simbolic, această taină recunoaşte nevoia noastră de a ne rechema spiritul, pentru a încheia treburile nerezolvate din diferite puncte ale vieţii noastre. Energia acestei taine ne dă capacitatea de a ne elibera de experienţele din trecut pentru a „nu căra morţii cu noi”. Prin urmare, puterea şi simbolismul acestei taine nu sunt limitate numai la sfârşitul vieţii. Biologic şi spiritual trebuie să aducem toate lucrurile la un sfârşit şi putem chema această energie sacră să ne ajute să facem astfel. După fiecare experienţă dureroasă şi traumatizantă primim, întotdeauna, o călăuzire interioară care ne ajută să eliberăm trecutul şi să ne continuăm vieţile. Când alegem să păstrăm trecutul mai viu decât prezentul, intervenim în curgerea forţei de viaţă, distorsionăm „prezentul” pentru că începem să vedem trecutul ca întâmplându-se „astăzi”, astfel slăbindu-ne corpurile şi spiritele. Devenim bolnavi de „căratul morţilor” cu noi pentru prea mult timp.

Din Sefirotul Keter, simbolic pentru conectarea noastră la lumea infinită, primim înţelepciunea că nu există moarte, există doar viaţă. Este o promisiune Divină că ne vom întâlni

din nou cu cei care au plecat înaintea noastră. Trebuie să ne liniştim în confortul, siguranţa şi puterea acestui adevăr sacru.

Ne naştem ştiind aceste şapte adevăruri sacre. Într-adevăr, fiecare dintre noi este fundamental o „ediţie biologică" a lor. Suntem învăţaţi variaţiuni ale acestor adevăruri în copilărie prin practicile religioase ale triburilor noastre. Şi chiar dacă nu suntem învăţaţi în mod conştient aceste adevăruri, ele se trezesc automat în noi, în măruntaiele noastre, în minţile noastre, în simţul ordinii naturale a vieţii. Pe măsură ce ne maturizăm ajungem să înţelegem conţinutul acestor adevăruri cu şi mai mare claritate şi profunzime şi devenim din ce în ce mai capabili să răspundem mesajelor lor, să interpretăm informaţiile pe care le vedem în mesajele lor arhetipale.

Adevărurile conţinute în învăţăturile scripturilor sacre ale diferitelor tradiţii religioase simt destinate să ne unească, nu să ne dezbine. Interceptarea literală creează separare în timp ce interpretarea simbolică, aceea care vede că toate aceste învăţături se adresează structurii identice a naturii noastre spirituale, este cea care ne uneşte. Pe măsură ce ne deplasăm atenţia de la lumea exterioară către cea interioară, ne însuşim vederea (percepţia) simbolică. În interior, suntem cu toţii la fel, iar încercările spirituale la care suntem supuşi sunt identice. Diferenţele exterioare sunt iluzorii şi temporare, nimic «Itceva decât simple accesorii fizice. Cu cât căutăm mai mult (wfl vedem) ceea ce ne uneşte, cu atât mai

multă autoritate va căpăta vederea (percepţia) simbolică cu ajutorul căreia vom fi îndrumaţi în viaţă.

Combinarea tradiţiilor spirituale hinduse, buddhiste, creştine şi iudaice într-un sistem ce are adevăruri sacre comune ne constituie într-o metodă de călăuzire care poate înălţa mintea şi corpul nostru şi ne poate arăta cum să administrăm spiritul nostru în lume.

În Partea a II-a vor fi descrise în detaliu cele şapte chakre în sensul puterii lor inerente, subliniind în mod special fficile care cauzează pierderea acestor puteri. Pe măsură ce studiaţi acest material, studiaţi-vă şi pe voi înşivă cu intenţia de a identifica „în mâinile cui v-aţi predat voi spiritul”.

PARTEA A II-A

Cele şapte adevăruri sacre înţelegerea sistemului chakrelor a apărut ca un rezultat al muncii mele de intuitiv medical.[1] Felul în care împărtăşesc munca mea cu cititorii acestei cărţi este ca şi cum i-aş lua în mintea mea şi în laboratorul meu.

În partea a II-a analizez fiecare chakră

---

1 Sunt multe interpretări ale sistemului chakrelor, iar eu împărtăşesc câteva din ele, cum ar fi pe cea a lui Joseph Campbell, Imaginea Mitică (Princeton, NJ - Princeton University Press, 1974), care este şi una din cele mai larg acceptate. Filozoful transpersonal W. Brugh Joy, M.D., tratează, de asemenea, subiectul chakrelor în O hartă pentru o călătorie transformatoare (New York: tarcher/Putnam, 1979). Barbara Ann Brennan foloseşte chakrele în practica ei de vindecare energetică după cum descrie în de lumină: Un ghid de vindecare prin intermediul câmpului energetic wwaw.(Bantam, 1987), iar Harish Johari oferă o interpretare adânc spirituală în Chakrele: centri energetici de transformare (Destiny Books, 1987).

separat, astfel încât să vă familiarizaţi cu caracteristicile specifice ale acestora, să le înţelegeţi semnificaţia şi conţinutul. Când evaluez o boală din punct de vedere al medicinii energetice, evaluez şi pacientul în ansamblul său, inclusiv simptomele fizice şi obiceiurile mentale, relaţiile personale şi regimul alimentar, experienţa spirituală şi cariera. Păstraţi aceeaşi regulă în mintea voastră atunci când studiaţi sistemul energetic uman. O evaluare energetică completă trebuie să includă toate cele şapte chakre, indiferent de localizarea bolii fizice, precum şi a aspectelor vieţii pacientului.

În timp ce veţi citi despre chakre, veţi înţelege că sunt multe probleme care ţin de chakrele unu, doi şi trei, şi că acestea sunt cele în care cei mai mulţi oameni îşi cheltuiesc energia. Nu este o coincidenţă faptul că multe boli sunt rezultatul unei pierderi de energie din aceste trei chakre. Chiar şi atunci când o boală, precum o afecţiune cardiacă sau un cancer mamar, se dezvoltă într-o regiune superioară, originea energetică poate fi depistată, de obicei, în tipare de stres şi probleme ale celor trei chakre inferioare, precum căsătoria, purteneriatele, familia sau ocupaţia. Emoţii cum sunt furia şi lira ne lovesc fizic sub centură, în timp ce o emoţie de tipul uneia de tristeţe neexprimată este asociată cu o boală deasupra centurii. De exemplu, emoţiile principale legate de nodulii mamari sau de cancerul mamar sunt durerea, suferinţa şi problemele de tip emoţional nerezolvate, de regulă legate de hrănire şi de îngrijire.

Îngrijirea are legătură cu sănătatea relaţiilor. Cu toate acestea, în mod clar relaţiile ţin de prima şi de a doua chakră. Astfel, mai multe, dacă nu chiar toate chakrele trebuie să fie analizate pentru a înţelege complet de ce s-a îmbolnăvit cineva.

Din toate tipurile complexe de energie care trec prin sistemul nostru, Chakra Unu este de departe cea mai complexă pentru că este chiar începutul sau centrul rădăcină al corpului.

Vă rog să ţineţi cont de faptul că problemele şi bolile pe care le-am pomenit aici, trebuie să fie înţelese astfel: extremele negative ale oricărei probleme emoţionale pot fi un factor major de influenţă în dezvoltarea oricărei disfuncţii pomenite în descrierea fiecărei chakre.

ANATOMIA ENERGIEI

CHAKRA	ORGANE
1	Suportul corpului fizic Baza coloanei vertebrale Picioare, oase Tălpi Rect Sistem imunitar

2	Organe sexuale Intestinul gros Vertebrele lombare Zona pelviană Apendice Vezica urinară Zona şoldurilor	
3	Abdomen Stomac Intestin subţire Ficat, vezică biliară Rinichi, pancreas Glandele suprarenale Splină Partea de mijloc a spatelui	
hle)	BLEME MENTALE, EMOŢIONA	LE DISFUNCŢII FIZIC
	Nouritate fizică a familiei l grupului Copacitatea de a aproviziona OU cele necesare vieţii Copacitatea de a se descurca tic sine stătător A se simţi confortabil, în olguranţă, ca acasă 1, egea şi ordinea familială >îi socială	Dureri cronice de spa în partea de jos Sciatica Varice Tumori rectale/canc Tulburări legate de imunitat
	Vina şi învinovăţirea	Dureri cronice de spa

	în partea de jos
Bani şi sex Puterea şi controlul Creativitate Potenţă sexuală Etica şi respectul înşi relaţii	Sciatică ginecologie Probleme de obstetri şi Dureri în zona pelvia a spatelui Probleme ale aparatul urinar
	Artrite
Încredere Frică şi intimidare Respectul de sine, încrederea în sine şi aprecierea de sine Grija faţă de sine şi faţă de alţii Responsabilitatea de a lua decizii Sensibilitate la critică Onoarea	Ulcere gastrice deduodenale Colon-proble intestinale Pancreatită, diab Indigestii cronice sau acut Anorexie sau bulim Tulburări ale ficatul Hepatite Tulburării a suprarenalelor

CHAKRA	ORGANE
4	Inima şi sistemul circulator Plămâni Umeri şi braţe Coaste/sâni Diafragmă Glanda timus

5	Gât Tiroidă Trahee Vertebrele gâtului Gura Dinţii şi gingiile Esofag Hipotalamus Probleme ale glandei tiroide	
6	Creier Sistem nervos Ochi, urechi Nas Glanda pineală Glanda pituitară	

PROBLEME MENTALE, EMOŢIONAL	E DISFUNCTH FIZICE
Iubirea şi ura Resentiment şi amărăciune Durere şi furie Centrarea în sine Singurătatea şi angajamentul Iertare şi compasiune Speranţă şi încredere	Probleme de congestie a inim Infarct miocardic Prolapsul valvei mitrale Megacardie Astm/alergie Cancer pulmonar Pneumonie bronhică Partea de sus a spatelui, umer

	Cancer mamar
Alegerea şi puterea voinţei Expresia sinelui A-ţi urma visul Folosirea puterii personale pentru a crea Judecată şi criticism Credinţă şi cunoaştere Capacitatea de a lua decizii	Raspy throat Durere cronică de gât Ulcere ale gurii Dependenţă Probleme ale gingiilor Probleme ale încheieturilor tempomandibulare Scolioză Laringite Inflamaţii glandulare Probleme ale glandei tiroide
Auto-evaluare Adevăr Capacităţi intelectuale Sentimente legate de competenţă Deschiderea către ideile altora Abilitatea de a învăţa din experienţe	Tumori/ hemoragie/atac cereb Tulburări neurologice Orbire/surzire Probleme de coloană vertebn învăţare Tulburări ale procesului de Leziuni Inteligenţă emoţională
CHAKRA	ORGANE

7	Sistemul muscular Pielea	Siste

PROBLEME	JE DISFUNCŢII MENTALE, EMOŢIONAI	FIZICE
Abilitatea de a avea încredere în vi Valori, etică, curaj Umanitarism Lipsa egoului	aţă energetice de tip mistic Epuizare cronică care nu este legată de o tulburare fizică Sensibilitate mare la lumină, sunet şi alţi factori de mediu Abilitatea de a vedea tiparul mai mare Credinţă şi inspiraţie Spiritualitate şi devoţiune	Tulburări Depresii

CAPITOLUL I
Chakra Unu:
Puterea tribală

Conţinutul energetic al Chakrei Unu sau Chakra Tribală este puterea tribală. Cuvântul „trib” nu este doar un sinonim pentru familie, ci este un arhetip şi, ca atare, are conotaţii dincolo de definiţia sa obişnuită. Din punct de vedere arhetipal, cuvântul tribal se referă la identitatea grupului, la forţa grupului, la voinţa de grup şi la modelele de credinţă ale acestuia. Toate aceste semnificaţii alcătuiesc conţinutul energetic al primei chakre. Chakra Unu este legătura noastră cu pământul. Ea reprezintă conexiunea noastră cu credinţele familiale tradiţionale care ajută în formarea identităţii şi a sentimentului că aparţinem unui grup de oameni dintr-o anumită zonă geografică.

Pentru a vă conecta la energia Chakrei Unu, concentraţi-vă atenţia pentru câteva momente asupra unui aspect tribal care să declanşeze în voi un răspuns emoţional. Puteţi face acest lucru în următoarele situaţii: [2]

când participaţi la căsătoria unor persoane dragi; când aflaţi că un copil a fost botezat cu numele vostru.

Atunci când vă concentraţi asupra experienţei pe care aţi ales-o, fiţi conştienţi că zona din corpul vostru care generează răspunsul este această Chakra Tribală.

Localizare: la baza coloanei vertebrale (în coccis)

Conexiuni energetice cu corpul: coloana vertebrală, rectul, picioarele, oasele şi sistemul

2 când ascultaţi imnul naţional urmărind o paradă militară;
••când priviţi un sportiv primind o , medalie de aur la olimpiadă;

imunitar.

Conexiuni energetice cu corpul:

Chakra Unu reprezintă temelia sănătăţii emoţionale şi mentale. Stabilitatea emoţională şi psihică îşi are originea în elementul familial şi în mediul social timpuriu. Disfuncţiile familiale generează numeroase boli psihice, ca de exemplu: sindromul personalităţii multiple, tulburări obsesiv-agresive, depresia şi tiparele distructive cum ar fi alcoolismul.

Conexiunea simbol! *percepţie*: Energia Chakrei Unu se manifestă prin nevoia de logică, ordine şi structură. Această energie ne orientează în timp şi spaţiu şi către cele cinci simţuri ale noastre. La vârsta copilăriei percepem şi învăţăm despre lumea fizică prin cele cinci simţuri. Energia Chakrei Unu are probleme în a interpreta simbolic vieţile noastre, pentru că cele cinci simţuri ne dau o percepţie literală şi ne fac să vedem lucrurile la un nivel superficial. Abia mai târziu, odată cu maturizarea, devenim capabili să căutăm înţelesul simbolic al întâmplărilor şi al relaţiilor.

Conexiunea Sefirot/Taină: Sefirotul Shekhinah, care literalmente înseamnă comunitatea mistică a lui Israel, este simbolul comunităţii spirituale a întregii umanităţi şi al spiritului feminin al pământului, cunoscut sub numele de Gaia. Înţelesul simbolic al Tainei Botezului este acela de a ne onora familia biologică ca fiind sacră şi aleasă în mod divin drept tribul potrivit din care vom porni în călătoria vieţii.

Fricile de bază: spaimele legate de supravieţuirea fizică, frica de a fi abandonat de grup, pierderea echilibrului fizic.

Puterile fundamentale: identitate tribală/familială, coeziune şi cod tribal al onoarei; sprijinul şi loialitatea care ne dau un sentiment de siguranţă şi conectare cu lumea fizică.

Adevărul sacru: adevărul sacru inerent Chakrei Unu este că „*Toate sunt Una*”. Învăţăm acest adevăr şi îi explorăm pute rea creatoare prin experienţele legate de dinamica tribală sau de grup. Acesta conţine mesajul că suntem conectaţi cu toate aspectele vieţii şi că fiecare alegere pe care o facem şi toate credinţele noastre exercită influenţă asupra întregii creaţii, înţelesul simbolic al Sefirotului Shekhinah este că suntem cu toţii parte a unei comunităţi spirituale unice. Ca parte a dezvoltării noastre spirituale şi a sănătăţii noastre biologice, acest adevăr sacru îşi are expresia fizică în onoare, loialitate, dreptate, legături de familie şi de grup, „împământare”, nevoia unei temelii spirituale şi abilitatea de a folosi puterea fizică pentru supravieţuire.

Începem să descoperim că toate sunt una atunci când ne începem viaţa în cadrul tribului sau al familiei. A fi parte dintr-un trib este o nevoie fundamentală din moment ce suntem total dependenţi de acesta pentru satisfacerea necesităţilor esenţiale supravieţuirii: hrană, adăpost şi îmbrăcăminte. Ca fiinţe tribale suntem proiectaţi energetic să trăim împreună, să creăm împreună, să învăţăm împreună, să fim împreună, să avem nevoie unii de alţii. Fiecare din mediile

noastre tribale de la tribul biologic până la triburile pe care le formăm cu colucrători şi până la angajamentele tribale pe care le realizăm cu prietenii – creează cadrul fizic fundamental în interiorul căruia putem explora acest adevăr.

Cultura tribală

Nimeni nu are conştienţă de sine şi voinţă atunci când face primii paşi în viaţă. Această identitate apare mult mai târziu şi se dezvoltă treptat, începând din copilărie şi până la maturitate. Când începem viaţa ca parte a unui trib, ne conectăm la conştiinţa tribală şi la voinţa colectivă prin absorbţia puterilor şi a slăbiciunilor tribului, a credinţelor, superstiţiilor şi a fricilor acestuia. Prin interacţiunile noastre cu familia şi cu alte grupuri, învăţăm ce înseamnă puterea de a împărtăşi o convingere, o credinţă cu alţi oameni. De asemenea, învăţăm cât de dureroasă poate fi excluderea dintr-un grup şi din energia sa. Tot astfel învăţăm puterea de a împărtăşi un cod moral şi etic transmis din generaţie în generaţie. Acest cod comportamental călăuzeşte copiii tribului în perioada dezvoltării lor, înzestrându-i cu un simţ al demnităţii şi al apartenenţei.

Dacă experienţele tribale ne interconectează energetic, la fel o fac şi mentalităţile tribale, chiar dacă este vorba despre percepţii sofisticate de genul: „suntem cu toţii fraţi şi surori” sau superstiţii precum ar fi: „numărul 13 este cu ghinion”.

Puterea tribală şi toate aspectele aflate în relaţie cu aceasta sunt în legătură energetică cu sănătatea sistemului nostru imunitar şi, de

asemenea, cu picioarele, oasele şi rectul. Simbolic, sistemul imunitar face pentru corpul fizic exact ceea ce puterea tribală face pentru grup: protejează întregul organism de virtuale influenţe nocive din exterior. Afecţiunile sistemului imunitar, durerea cronică şi problemele legate de schelet sunt activate energetic de slăbiciuni ale unor aspecte tribale personale. La nivel tribal, încercările dificile prin care trecem ne provoacă pierderi de energie, în principal din Chakra Unu, făcându-ne vulnerabili – în cazul în care o problemă devine un factor major de stres – faţă de bolile sistemului imunitar, de la simpla răceală până la lupus.

Chakra Tribală reprezintă legătura noastră cu experienţele de grup, pozitive sau negative. Epidemiile sunt o experienţă de grup negativă faţă de care noi putem deveni predispuşi energetic, dacă spaimele şi mentalităţile Chakrei Unu simt similare cu acelea avute de „Chakra Unu Generală” a culturii de care aparţinem. Epidemiile virale sau de altă natură sunt în mare măsură o reflectare a problemelor sociale curente ale tribului cultural şi, de asemenea, a sănătăţii „sistemului imunitar al tribului social”. Este esenţial să remarcăm acest lucru pentru că fiecare dintre noi este conectat la cultura din care face parte şi la mentalităţile acesteia prin intermediul mentalităţilor din Chakra Unu.

Un exemplu dramatic al capacităţii energetice a unui trib social de a manifesta o boală este epidemia de poliomielită din anii ’30—40. În octombrie 1929, economia americană s-a

prăbuşit şi a început Marea Criză care a afectat întreaga naţiune. Descriind modul în care populaţia Americii a fost afectată, jurnaliştii şi politicienii, oamenii de afaceri şi muncitorii, bărbaţii şi femeile, s-au declarat cu toţii, pur şi simplu, „schilodiţi” de dezastrul economic.

Epidemia de poliomielită şi-a făcut apariţia la începutul anilor ’30, acest fapt reprezentând simbolic spiritul schilodit al naţiunii ca şi comunitate. Cei care s-au simţit cei mai schilodiţi din punct de vedere economic, fiind afectaţi în mod direct sau fiind doar speriaţi de fenomen, au fost şi cei mai expuşi virusului poliomielitic. Copiii americani au fost în egală măsură predispus! bolii virale, ca şi bolii economice pentru că ei absorb energia tribului din care fac parte.

Toate sunt Una: când întregul trib este afectat de frică, acea energie se extinde asupra copiilor să-i Acest sentiment de infirmitate s-a strecurat atât de rapid în sufletul tribal, încât electoratul american a ales chiar şi un preşedinte schilodit de virsul poliomielitei. Pe Franklin D. Roosevelt, un simbol viu al slăbiciunii fizice, şi, în acelaşi timp, al unei rezistenţe tenace. A fost nevoie de un eveniment tribal fizic şi de experienţa puterii fizice a celui de-al doilea război mondial pentru a vindeca spiritul tribal american. Sentimentele de eroism şi de unitate tribală, susţinute de sporirea bruscă a numărului locurilor de muncă, au restituit mândria, puterea şi onoarea fiecărui membru al tribului.

Spre sfârşitul războiului, naţiunea americană şi-a asumat din nou rolul de conducător al lumii.

De fapt, Statele Unite au devenit conducătorul lumii libere pentru că au creat arme nucleare, poziţie ce a adus enorm de multă mândrie şi putere în cultura Chakrei Tribale. Şi în acest caz, însănătoşirea s-a reflectat în limbajul purtătorilor de cuvânt al tribului, care au descris cultura lor, de curând vindecată, ca fiind „din nou pe picioarele ei” din punct de vedere economic. Datorită acestei mutaţii la nivelul conştiinţei, care a reflectat un spirit tribal vindecat, virusul poliomielitei a putut fi eradicat. În cele din urmă, spiritul şi atitudinea tribului au fost mai puternice decât virusul. Astfel, descoperirea vaccinului antipoliomielitic de către Jonas Salk, la începutul anilor ’50, nu a fost o coincidenţă.

Un exemplu mai apropiat de contemporaneitate al acestei dinamici este virusul HIV. În Statele Unite acest virus este preponderent în rândul consumatorilor de droguri, al prostituaţelor şi al homosexualilor. În alte ţări, cum ar fi Rusia şi în numeroase state africane, acesta se propagă printre cei al căror nivel de trai se află la limita supravieţuirii. În America Latină virusul este răspândit printre femeile de clasă mijlocie care sunt căsătorite cu bărbaţi lipsiţi de principii morale sănătoase. Aceştia, deşi nu sunt homosexuali, întreţin relaţii sexuale cu alţi bărbaţi pentru a-şi demonstra virilitatea. Cei care contractează acest virus, indiferent de maniera în care o fac, împărtăşesc un sentiment comun, şi anume, acela de a se considera victime ale culturii tribale de care aparţin. Şi, cu toate că, la un moment dat, am fost cu toţii victimizaţi de către

cineva, conştiinţa acestor victime reflectă un sentiment de neputinţă în cadrul culturii tribale, fie din cauza preferinţelor sexuale sau a lipsurilor financiare, fie din cauza absenţei unui statut social. Această categorie de latino-americani trăieşte cu convingerea că nu dispune de mijloace de a se proteja. Dintre femeile latino-americane infectate cu HIV, nici măcar cele căsătorite cu bărbaţi de succes nu se pot opune comportamentului acestora pentru că, în cultura lor, opinia femeilor nu este încă luată în seamă. Sub aspect simbolic, virusul HIV a apărut în cultura americană chiar în momentul în care problema victimizării a devenit una principală. Energia culturală a ţării noastre este secătuită de nevoia unora de a deveni puternici pe cheltuiala altora consideraţi mai puţin valoroşi. În consecinţă, provocările la nivelul imunităţii noastre biologice, nu vor întârzia să apară.

Menţinerea sănătăţii Chakrei Unu a fiecăruia dintre noi depinde de modul în care abordăm problemele personale tribale. De exemplu, dacă ne simţim victimizaţi de societate, ar trebui să tratăm această percepţie negativă de o manieră care să o împiedice să ne cauzeze pierderi de energie. Astfel, putem primi ajutor terapeutic sau să ne găsim o ocupaţie la care să devenim pricepuţi. De asemenea, este bine să descoperim o perspectivă mai simbolică a situaţiei în care ne aflăm sau putem să ne angajăm politic pentru a schimba atitudinea societăţii. Hrănindu-ne amărăciunea vizavi de tribul nostru cultural, ne consumăm energia într-un permanent conflict interior care

blochează accesul puterii vindecătoare a adevărului sacru *Toate* sunt *Una*.

Triburile de care aparţinem ne fac cunoştinţă cu viaţa „în lume”. Ele ne învaţă că lumea este fie un loc sigur, fie unul periculos, că este stăpânită de abundenţă sau de sărăcie, că este educată sau ignorantă, ori că este un loc din care să iei sau unul în care să dăruieşti. De asemenea, aceste triburi ne transmit percepţia lor asupra realităţii înseşi, de exemplu, convingerea că viaţa pe care o trăim acum este doar una din multe altele sau, dimpotrivă, că trăim numai o dată. Tot de la ele moştenim atitudinile faţă de alte grupuri religioase, etnice şi rasiale. Triburile noastre ne „activează” procesele de gândire.

Fiecare dintre noi am auzit generalizări etnice cum ar fi: „Toţi germanii sunt foarte organizaţi” sau „toţi irlandezii sunt excelenţi povestitori”. Tuturor ni s-a transmis o anumită concepţie despre Dumnezeu ori despre lumea nevăzută şi despre felul în care aceasta interacţionează cu noi, de genul: „nu dori răul nimănui pentru că răul se va întoarce la tine” sau „să nu râzi niciodată de nimeni pentru că Dumnezeu te-ar putea pedepsi”. De asemenea, asimilăm numeroase percepţii legate de sex, cum ar fi: „bărbaţii sunt mai inteligenţi decât femeile”, „toţi băieţii iubesc jocurile sportive şi toate fetiţele iubesc păpuşile”.

Credinţele tribale pe care le moştenim sunt o combinaţie de adevăr şi ficţiune. Multe dintre ele, ca de exemplu: „crima este interzisă”, au valoare eternă. Altora le lipseşte această calitate de

adevăr veşnic şi sunt mai mărginite, având drept scop

Hepararea triburilor unul de altul încălcându-se astfel adevărul Hucru: *Toate sunt Una*. Procesul dezvoltării spirituale ne cere ftă păstrăm influenţele tribale pozitive şi să le eliminăm pe cele care nu sunt astfel.

Puterea noastră spirituală creşte atunci când suntem capabili să vedem dincolo de contradicţiile inerente învăţăturilor tribale şi când căutăm un nivel mai adânc al adevărului. De fiecare dată, când facem un pas în direcţia conştienţei simbolice, ne influenţăm pozitiv energia şi sistemele biologice. De asemenea, aducem un aport de energie pozitivă corpului colectiv al vieţii, tribului global. Consideraţi acest proces de maturizare spirituală o „homeopatic spirituală”.

Efectele în plan energetic ale tiparelor şi modelelor de credinţă.

Indiferent de „adevărul” concepţiilor familiale, fiecare dintre aceste credinţe dirijează o măsură din energia noastră într-un act de creaţie. Fiecare credinţă, fiecare acţiune are o consecinţă directă. Când împărtăşim modele de gândire cu anumite grupuri de oameni, participăm la energia şi evenimentele fizice create de acele grupuri. Aceasta este expresia creatoare, simbolică a adevărului sacru *Toate sunt Una*. Când împărtăşim sprijinul acordat unui candidat la o funcţie în stat şi acel candidat câştigă, simţim că energia şi susţinerea noastră fizică l-au ajutat; în plus, avem, într-un fel, sentimentul că el sau ea ne reprezintă interesele, ceea ce este o cale de a experimenta

fizic puterea unităţii în cadrul adevărului *sunt Una*.

Carl Jung a remarcat că spiritul grupului este cea mai, joasă" formă de conştiinţă pentru că indivizii implicaţi într-o acţiune de grup negativă îşi acceptă rar sau deloc responsabilitatea pentru rolul personal jucat în acea acţiune. Această realitate este partea întunecată a adevărului sunt *Una*. De fapt, o lege nescrisă a tribului susţine că responsabilitatea trebuie să şi-o asume conducătorii şi nu slujitorii lor. Procesele de la Nürnberg, ce au urmat celui de-al doilea război mondial, sunt un exemplu clasic al limitărilor responsabilităţii tribale. Cei mai mulţi dintre inculpaţii nazişti acuzaţi de a fi plănuit şi organizat genocidul a unsprezece milioane de oameni (şase milioane de evrei şi cinci milioane aparţinând altor etnii) au declarat că nu au făcut altceva decât să urmeze ordinele. Fără îndoială că la vremea respectivă au fost mândri de capacitatea lor de a-şi îndeplini responsabilităţile tribale, dar au fost absolut incapabili să accepte orice consecinţă personală în timpul procesului.

Dată fiind puterea rezultată din unificarea credinţelor, aşa cum este ea, bună sau rea, este dificil să intri în contradicţie cu tribul propriu. Suntem învăţaţi să facem alegeri care să întrunească aprobarea tribului, să ne însuşim manierele sale sociale, felul de a se îmbrăca şi comportamentul său. Simbolic, această adaptare reflectă uniunea dintre voinţa individuală şi cea a grupului. Este un sentiment foarte puternic acela de a fi într-un grup de oameni sau o familie cu

care să te simţi confortabil din punct de vedere spiritual, emoţional şi fizic. O asemenea uniune ne întăreşte, iar la nivel energetic ne amplifică puterea personală şi forţa creativă, şi acest fapt continuă atâta vreme cât facem alegeri care sunt în armonie cu cele ale grupului. Ne unim pentru a crea.

În acelaşi timp, există în noi o dorinţă înnăscută, de nestăvilit, de a ne explora abilităţile creatoare şi de a ne dezvolta puterea individuală şi autoritatea. Această dorinţă reprezintă forţa ce stă la baza eforturilor noastre de a deveni conştienţi. Scopul călătoriei umane universale este de a ne face conştienţi de puterea noastră şi de modul în care să o folosim. A ne da scama de responsabilitatea inerentă puterii de a alege, reprezintă esenţa acestei călătorii.

Din perspectivă energetică, pentru a deveni conştienţi e nevoie de curaj. A ne evalua convingerile personale şi a ne separa de aceia care încetează să ne mai susţină în dezvoltarea noastră pot fi factori extrem de solicitanţi şi adesea foarte dureroşi. Schimbarea este însăşi natura vieţii, iar schimbările externe cât şi cele interne reprezintă o constantă. Când ne schimbăm sufleteşte, renunţăm la unele tipare de credinţă şi le consolidăm pe celelalte. Tiparele de gândire/credinţă de care ne îndoim mai întâi sunt cele tribale, pentru că dezvoltarea noastră spirituală urmează structura sistemului nostru energetic. Atunci când ne dărâmăm convingerile începem de jos în sus, cu cele aflate la baza sistemului nostru de valori.

A ne evalua convingerile reprezintă o necesitate spirituală şi biologică. Corpurile noastre fizice, mentale şi spirituale au nevoie de idei noi pentru a evolua. De exemplu, unele triburi sunt foarte puţin conştiente de importanţa exerciţiului fizic şi a nutriţiei sănătoase, până când un membru al familiei se îmbolnăveşte. Pentru acesta din urmă ar putea fi prescris un nou regim fizic şi o dietă mai adecvată. Ca o consecinţă, în mintea şi în trupurile celorlalţi membri ai familiei va fi introdusă o realitate complet diferită cu privire la nevoia de a face alegeri mai responsabile şi mai conştiente în ceea ce priveşte grija faţă de sine, cum ar fi faptul de a învăţa să aprecieze puterea vindecătoare a hranei şi a exerciţiului fizic.

Privite la modul simbolic, crizele din viaţa noastră ne spun de ce avem nevoie pentru a ne elibera de concepţiile care nu mai servesc dezvoltării personale. Aceste momente în care trebuie să alegem să ne schimbăm sau să stagnăm sunt cele mai mari provocări pentru noi. Fiecare nouă răscruce înseamnă intrarea noastră într-un nou ciclu al schimbării, fie că adoptăm un nou regim pentru sănătate, fie că pornim pe un nou drum spiritual. Iar schimbarea înseamnă inevitabil părăsirea oamenilor şi locurilor de care suntem ataşaţi şi iniţierea unei noi etape a vieţii.

Multe dintre persoanele întâlnite în atelierele pe care le organizez sunt blocate între două lumi: lumea veche, pe care trebuie s-o părăsească şi lumea nouă în care le este fiică să intre. Suntem atraşi de ideea de a deveni mai „conştienţi”, dar în

acelaşi timp, găsim înfricoşător acest lucru pentru că el înseamnă să ne asumăm responsabilitatea pentru noi înşine şi pentru sănătatea, cariera şi comportamentele noastre, cât şi pentru modul de a gândi. Odată ce ne-am asumat responsabilitatea, chiar şi numai pentru un singur aspect din viaţa noastră, nu mai putem folosi „raţionamentul tribal” pentru a ne scuza conduita.

În conştiinţa tribală nu există în termeni bine definiţi noţiunea de responsabilitate personală, aşa că este mult mai uşor să eviţi consecinţele alegerilor personale în mediul tribal. Responsabilitatea tribală se manifestă în mod special în zona fizică a vieţii noastre, aceasta însemnând că orice persoană este răspunzătoare pentru aspecte ce ţin de partea financiară, interese sociale, relaţii inter-umane şi de ocupaţii. Tribul nu pretinde membrilor să-i să-şi asume responsabilitatea pentru comportamentele moştenite. Conform raţionamentului tribal este acceptabil să-ţi scuzi prejudecăţile, spunând: „toţi cei din familia mea gândesc aşa”. Este extrem de dificil să renunţi la sfera de confort ce însoţeşte acest gen de scuze; gândiţi-vă de câte ori v-aţi spus: „dacă toată lumea o face, eu de ce n-aş face-o?”. Acest mod de a te eschiva reprezintă cea mai grosieră formă a adevărului sacru *Toate sunt Una* şi este în mod curent folosit pentru a fugi de răspundere atunci când comitem tot felul de acte imorale, de la evaziunea fiscală şi adulter, până la n păstra surplusul de rest pe care un vânzător ţi l-a dat din greşeală. Cu toate acestea, adulţii conştienţi din punct de vedere spiritual, nu se mai

pot prevala de raţionamentele tribale. Evaziunea fiscală devine astfel un act deliberat de hoţie; adulterul devine o încălcare conştientă a unui legământ marital, iar păstrarea restului necuvenit de bani este acelaşi lucru cu a fura din magazinul respectiv.

De multe ori, înainte ca procesul de vindecare să înceapă, este necesar să ne examinăm ataşamentele faţă de prejudecăţile tribale. Un bărbat, pe nume Gerald, m-a contactat cu scopul de a-i face o examinare, spunându-mi că se simte epuizat. Când i-am analizat energia, am primit indicii ale unei tumori maligne la colon. L-am întrebat dacă şi-a făcut nişte analize medicale; pentru un moment a ezitat, apoi mi-a mărturisit că a fost diagnosticat cu un cancer la colon. A spus că are nevoie de ajutorul meu pentru a ajunge să creadă că se poate vindeca cu adevărat. O parte din el încerca să se desprindă de convingerile tribului său referitoare la această maladie, pentru că toţi cei care se îmbolnăviseră de cancer înaintea sa, muriseră. Şi nici el, şi nici familia sa nu credeau că această afecţiune poate fi vindecată. Am vorbit despre numeroase căi prin care putea fi sprijinit, cum ar fi multiplele terapii care îi ajută pe oameni să îşi dezvolte o atitudine pozitivă prin intermediul vizualizării. Foarte semnificativ a fost faptul că Gerald a recunoscut deja, intuitiv, că legătura sa energetică cu această atitudine tribală reprezenta o problemă la fel de serioasă ca şi afecţiunea fizică însăşi.

În procesul de vindecare Gerald a căutat ajutor terapeutic din mai multe direcţii, pentru a fi

susţinut în lupta sa cu tiparele mentale referitoare la cancer. Era dispus să încerce toate opţiunile care apăreau în drumul său.

Testele puterii tribale nocive învăţăm de la tribul nostru despre loialitate, onoare şi dreptate, atitudini morale care sunt esenţiale bunăstării noastre şi sentimentului de responsabilitate personală şi de grup. Fiecare dintre ele exprimă adevărul sacru al chakrei, al tainei şi al sefirotului dintâi: *Toate sunt Una*.

Totuşi, oricare dintre acestea poate deveni restrictivă sau nocivă dacă i se dă o interpretare îngustă.

Loialitatea

Loialitatea este un instinct, o lege nescrisă pe care membrii tribului se pot baza, mai ales în perioadele de criză. Ea este deci parte a sistemului autorităţii tribale şi adesea este chiar mai influentă decât dragostea. Poţi manifesta loialitate faţă de un membru al familiei pe care nu-l iubeşti şi poţi avea aceeaşi pornire faţă de indivizi care împărtăşesc fondul tău etnic, chiar dacă nu-i cunoşti personal. Pretenţia de loialitate din partea unui grup are o foarte mare putere asupra individului, mai ales atunci când există un conflict psihologic generat de îndatoririle faţă de cineva anume sau faţă de o cauză cu o valoare personală deosebită.

În cursul unei examinări pe care i-am făcut-o unui tânăr care se plângea de oboseală cronică am primit informaţia că picioarele lui rămăseseră, simbolic vorbind, în oraşul său natal; Chakra Unu îi transfera literalmente puterea din partea

inferioară a trupului şi spiritului înapoi către oraşul său de origine. Restul corpului era cu el, ca să spunem aşa, adică acolo unde locuia la momentul respectiv, iar această fragmentare era cauza oboselii cronice de care suferea. Când i-am făcut cunoscute impresiile mele, a remarcat că, de fapt, nu dorise niciodată să-şi părăsească locul de baştină pentru că familia sa depindea foarte mult tic el, însă compania la care lucra îl transferase într-o altă zimn geografică. L-am întrebat dacă îi plăcea munca pe care o făcea. „Aşa şi aşa”, a fost răspunsul lui. I-am sugerat atunci să demisioneze şi să se întoarcă acasă, dat fiind faptul că investise folii le puţin în ocupaţia sa. După două luni am primit o scrisoare de la el. În ea menţiona că la câteva zile după conversaţia noas Trrt şi-a prezentat demisia şi, în aceeaşi săptămână, s-a întors «casă. Oboseala cronică se vindecase şi, cu toate că nu-şi găsise încă o altă slujbă, se simţea minunat.

Loialitatea este o calitate tribală foarte frumoasă, mai ales efind este vorba de loialitate conştientă, un angajament care deserveşte, în egală măsură, individul şi grupul de care aparţine. Totuşi, loialitatea împinsă la extrem, care dăunează capacităţii de a te proteja, se dovedeşte a fi un tipar mental de care trebuie să te eliberezi.

Povestea următorului caz comportă o violare tribală majoră şi exemplifică semnificaţia simbolică a Tainei Botezului.

Tony, în vârstă de treizeci şi doi de ani, este fiul unor emigranţi europeni. Avea cinci ani când s-a mutat în Statele Unite împreună cu părinţii şi

cei şase fraţi ai săi. În perioada acelor ani de început, când încercau să-şi întemeieze un cămin în această ţară, părinţii săi au avut mari dificultăţi în a-şi aproviziona familia cu strictul necesar, inclusiv cu hrană. La vârsta de opt ani, Tony a primit o slujbă la magazinul local de dulciuri, unde ajuta, după puterea lui, la păstrarea curăţeniei. Familia lui Tony era foarte recunoscătoare pentru cei zece dolari pe care-i primea în plus pe săptămână. După două luni, băiatul aducea acasă aproape douăzeci de dolari, simţindu-se foarte mândru de el – vedea cât de mult îi apreciau părinţii contribuţia la fondurile familiei. Dar, odată ce s-a declanşat această dinamică a aprecierii, proprietarul magazinului a început să-i facă avansuri sexuale. La început au fost doar nişte atingeri discrete, dar în final, ele au condus la situaţia în care acest pedofil îl controla în totalitate pe micul băiat. Nu după mult timp, Tony era atât de puternic dominat, încât era nevoie să-l sune pe proprietarul magazinului în fiecare seară pentru a-l asigura că „secretul lor era încă în siguranţă”.

Datorită faptului că această viaţă dublă a continuat, starea psihologică a lui Tony devenea tot mai fragilă. Ştia că întâlnirile frecvente cu patronul său erau imorale, însă se gândea că acum familia lui se baza pe contribuţia sa lunară, de aproape o sută de dolari, la bugetul casei. Totuşi, Tony a găsit în sfârşit curajul să-i povestească mamei sale, fără multe detalii, ce trebuia să facă pentru a-şi primi banii în fiecare lună. Însă, mama sa i-a interzis să mai vorbească vreodată despre

asemenea lucruri, spunându-i că pentru întreaga familie era foarte important ca el să-şi păstreze slujba. Tony a rămas la magazinul de dulciuri până la vârsta de treisprezece ani. Efectele abuzului la care fusese supus s-au prelungit în viaţa sa de elev. În liceu a reuşit cu mare greutate să promoveze în anul doi de studiu pentru ca la cincisprezece ani să se retragă de la şcoală. Pentru a-şi câştiga existenţa, Tony s-a angajat ca ucenic la un muncitor în construcţii, şi, în acelaşi timp, a început să bea. Alcoolul l-a ajutat să-şi înăbuşe experienţele de coşmar ale molestării sexuale şi i-a calmat starea nervoasă. A început să bea în fiecare seară după ce ieşea de la lucru. Pe la şaisprezece ani era un adept al luptelor de stradă şi unul din scandalagii cartierului. Pentru faptul că sărea adesea la bătaie şi pentru acte minore de vandalism, poliţia locală era de multe ori nevoită să intervină şi să-l aducă acasă. Familia sa a încercat să-l determine să se lase de băut dar nu a reuşit. Odată, după o seară petrecută în compania băuturii, l-au adus acasă prietenii. A urmat o ceartă cu familia în timpul căreia tânărul a izbucnit cu o furie extraordinară acuzându-i pe părinţii şi pe fraţii săi de a nu-l fi salvat din mâinile fostului său patron. Ştia că mama îi povestise tatălui său despre molestare, pentru că, deşi i-au spus să nu-şi lase slujba, aceştia le interziseseră fraţilor săi mai mici să intre în acel magazin. Mai târziu a realizat şi faptul că fraţii săi au înţeles, de asemenea, ce i s-a întâmplat dar aceştia luau totul în glumă, insinuând uneori că pentru el era chiar o distracţie.

La douăzeci şi cinci de ani, Tony şi-a înfiinţat o mică firmă de construcţii; el şi echipa sa de patru membri executau mici reparaţii la locuinţele din cartier. A reuşit să menţină afacerea pe picioare cu destul succes până când a împlinit douăzeci şi opt de ani. În acel moment problemele sale cu băutura au devenit atât de acute, încât i-au declanşat atacuri de paranoia în cursul cărora se credea înconjurat de demoni care îi spuneau să se sinucidă. Pe la douăzeci şi nouă de ani Tony şi-a pierdut firma şi casă, şi, ca o culme a nenorocirilor sale, tânărul s-a abandonat complet în braţele alcoolului.

L-am cunoscut pe Tony la o lună după ce se apucase din nou să lucreze. Ne-am întâlnit din întâmplare atunci când a fost angajat să facă nişte reparaţii la o casă aflată în vecinătatea reşedinţei mele. Continua să bea şi în timpul serviciului, chiar şi atunci când îşi coordona mica echipă de muncitori. Am făcut nişte comentarii cu privire la acest fapt. „Şi tu ai bea dacă ai avea amintirile mele” mi-a răspuns el. L-am observat şi mi-am dat seama pe loc că fusese molestat în copilărie după poziţia corpului său. L-am întrebat dacă dorea să vorbească despre perioada copilăriei. Dintr-un motiv oarecare şi-a deschis inima şi astfel, capitolul acela întunecat a ţâşnit afară cu putere din sufletul său.

După aceea ne-am mai întâlnit de câteva ori pentru a discuta despre trecutul lui. Ascultându-l, am înţeles că suferinţa pricinuită de faptul că familia sa nu încercase să îl ajute era mai mare decât aceea datorată abuzului sexual. În realitate,

familia îl considera un beţiv şi era convinsă că toată viaţa lui urma să fie un lung şir de eşecuri. Durerea acestei trădări din partea alor să-i îl distrugea. În mod curios, îl iertase deja pe proprietarul magazinului de dulciuri. Socotelile sale neîncheiate erau cu propria familie. La două luni după ce ne-am întâlnit, Tony a avut iniţiativa de a urma un tratament împotriva alcoolismului. După încheierea acestuia m-a contactat şi mi-a împărtăşit opiniile cu privire la impactul curativ al şedinţelor de terapie din cadrul programului. Ştia acum că avea de luptat cu sentimentele negative pe care le nutrea faţă de familie.

În cercurile terapeutice reconcilierea înseamnă cel mai adesea să te confrunţi cu oamenii cu care ai probleme nerezolvate şi să-ţi cureţi rănile sufleteşti în faţa lor. În cel mai bun caz, cei care te-au rănit îşi vor cere iertare, gest urmat de împăcare sau de o despărţire amiabilă. Totuşi, Tony a înţeles că familia sa nu va fi niciodată în măsură să accepte faptul că l-a trădat. Părinţilor, în special, le-ar fi provocat o mare ruşine chiar şi simpla ascultare a poveştii lui. Din punct de vedere emoţional aceştia erau incapabili să recunoască că ştiuseră de preţul pe care Tony a trebuit să-l plătească cu ani în urmă pentru a câştiga nişte bani. Aşa că, Tony a ales calea rugăciunii, concomitent cu un program susţinut de psihoterapie.

După mai bine de un an, timp în care seriozitatea şi angajamentul faţă de rugăciune au fost totale, tânărul mi-a spus că furia îndreptată împotriva familiei sale dispăruse. L-am crezut. Mi-

a spus că părinţii făcuseră probabil singura alegere de care fuseseră în stare, dată fiind spaima lor de a nu supravieţui cu atât de puţini bani într-o ţară străină. Tony a muncit mult pentru a-şi reclădi relaţiile cu părinţii şi cu fraţii săi şi, pe măsură ce afacerea lui s-a dezvoltat, familia a început să vorbească cu mândrie despre succesul său. Acest lucru a avut importanţă pentru Tony; a fost ca şi cum toţi ai lui şi-ar fi cerut iertare pentru cele întâmplate cu mult timp în urmă.

Tony a găsit resursele de a-şi binecuvânta familia şi a vă/. ut în aceasta sursa puterii pe care a descoperit-o în interiorul său. Călătoria sa de la ostracizare la vindecare şi apoi la dragoste şi acceptare întruchipează semnificaţia simbolică a Tainei Botezului.

Un alt bărbat, George, a venit la una din întrunirile mele la insistenţele soţiei sale. Nu era un participant obişnuit. S-a prezentat ca fiind un „spectator” şi a lăsat să se înţeleagă, chiar de la început, că toată mascarada aceasta o privea doar pe soţia sa şi nu şi pe el.

Am început cursul cu o introducere în sistemul energetic uman. În acest timp, George a dezlegat cuvinte încrucişate. A aţipit la prelegerea despre relaţia dintre mentalitate şi sănătate fizică. În pauză, i-am adus o cafea. „Pot să-ţi trezesc interesul cu ceva de băut? 66 l-am întrebat, sperând să înţeleagă aluzia la faptul că prefer ca studenţii să rămână treji în timpul cursului.

După pauză m-am întors la Chakra Unu şi la natura influenţei tribale. George a mai prins puţină viaţă. La început am crezut că era efectul

cofeinei, dar când am vorbit despre influenţa programărilor timpurii în construcţia noastră biologică, George a remarcat: „Vrei să spui că toate lucrurile pe care ai mei mi le-au spus sunt încă în corpul meu? 66 Tonul lui era vecin cu sarcasmul, însă, era evident că ceva din acest subiect îi atinsese o coardă sensibilă. I-am precizat că poate nu toate lucrurile pe care părinţii i le spuseseră se găseau încă în energia sa, dar, cu siguranţă, multe dintre ele erau acolo.

— De exemplu, ce amintiri ai despre modul în care părinţii vorbeau despre bătrâneţe? am întrebat eu pentru că George tocmai împlinise şaizeci de ani. Toţi participanţii la curs au aşteptat în linişte răspunsul lui. Imediat ce a observat că le atrăsese atenţia, a luat o atitudine aproape nevinovată şi a devenit foarte timid.

— Nu ştiu, nu m-am gândit niciodată la asta.

— Ei bine, gândeşte-te acum, i-am răspuns şi am repetat întrebarea. Soţia lui stătea pe marginea scaunului, vrând să răspundă în locul lui. I-am aruncat o privire care spunea: „Nici să nu te gândeşti!” şi atunci s-a rezemat la loc.

— Nu ştiu ce să zic. Întotdeauna părinţii mi-au spus să muncesc din greu şi să economisesc banii pentru a putea să-mi port de grijă la bătrâneţe.

— Şi când ai de gând să îmbătrâneşti? l-am întrebat. Dar

George nu a putut răspunde la această întrebare, aşa că, am reformulat-o. Când au îmbătrânit părinţii tăi?

— Când au împlinit şaizeci de ani, desigur!

— Deci, acesta e momentul când te-ai hotărât să îmbătrâneşti, când ai împlinit şaizeci de ani, am spus.

— Toată lumea îmbătrâneşte la această vârstă, a remarcat el. Aşa e viaţa, de aceea ieşim la pensie pe la şaizeci de ani, pentru că suntem bătrâni.

Discuţiile s-au aprins în acea după-amiază în jurul comentariilor lui George. Acesta explica celorlalţi participanţi că întotdeauna crezuse că bătrâneţea începe la şaizeci de ani pentru că această convingere fusese hrănită sistematic de părinţii săi care nu apucaseră niciunul vârsta de şaptezeci.

Am vorbit despre ceea ce înseamnă să te deconectezi de la un tipar de gândire care nu este adevărat, dar care are „putere” asupra noastră. Spre marea surprindere a tuturor, inclusiv a soţiei sale şi a mea, George a prins imediat ideea, ca şi cum cineva i-ar fi dat o jucărie nouă cu care să se joace. „Vrei să spui că dacă mă deconectez, după cum spui tu, de un concept, acel concept nu mai are nicio putere în viaţa mea?” Momentul de vârf a venit atunci când George s-a uitat la soţia sa şi i-a spus:

— Nu vreau să mai fiu un bătrân, tu vrei?

Soţia a început să râdă şi să plângă în acelaşi timp, şi la fel a făcut întreaga adunare. Încă nu-mi pot explica cum de a „decolat” înţelegerea lui George atât de repede. Rareori am văzut pe cineva să priceapă un lucru atât de lesne şi cu atâta profunzime, aşa cum a făcut-o el când a realizat că principalul motiv pentru care

îmbătrânea era că asta credea el că trebuie să se întâmple atunci când împlineşti şaizeci de ani. George a început să se bucure de viaţă din clipa în care s-a hotărât să-şi onoreze simţul interior al vârstei, mai degrabă decât să se lase condus de un concept al societăţii.

Onoarea

Pe lângă loialitate, la baza legăturilor din cadrul unui trib stă şi onoarea. Fiecare trib are un cod al onoarei care reprezintă o combinaţie de ritualuri şi de tradiţii etnice şi religioase. Ritualuluri cum ar fi botezul sau alte tipuri de binecuvântări tribale, îi conectează energetic pe noii membrii la puterea spirituală a grupului. Simţul onoarei generează putere în noi, ne aliniază cu relaţiile noastre etnice şi de sânge şi ne învaţă importanţa respectării promisiunilor şi a integrităţii faptelor noastre.

Deşi în mod obişnuit onoarea nu este asociată cu sănătatea, am ajuns, totuşi, să cred că este unul dintre cele mai însemnate aspecte, situându-se chiar la acelaşi nivel cu dragostea. Simţul onoarei dă naştere unei energii puternice şi pozitive în sistemele noastre spirituale şi biologice, în sistemul imunitar, în oase şi în picioare. În absenţa onoarei este dificil pentru un individ, dacă nu imposibil, să se lupte pentru sine cu mândrie şi demnitate, pentru că-i lipseşte cadrul de referinţă pentru comportamentul şi alegerile pe care le face şi astfel, nu poate avea încredere în el sau în ceilalţi.

Simţul onoarei este o parte componentă a ritualului tribal fundamental al căsătoriei, lucru

despre care tribul îi învaţă pe membrii săi. Este întocmai cum povestea o femeie care rămăsese ultima descendentă a familiei sale: „Înainte de a muri, tata mi-a cerut să-i promit că voi avea un copil. I-am spus că încă nu am întâlnit bărbatul cu care să vreau să mă mărit. Ultimele sale cuvinte au fost: mărită-te cu oricine, numai să asiguri continuitatea familiei”.

Noua generaţie învaţă standardele etice de la modul în care se comportă cei căsătoriţi. Adulterul este interzis, totuşi, membrii mai vârstnici ai tribului care comit adulter, dau copiilor permisiunea de a încălca această regulă în momentul în care aceştia vor deveni adulţi la rândul lor. Un tată trebuie să-şi întreţină familia. Cu toate acestea, un tată care-şi abandonează responsabilităţile va genera copiilor să-i o înţelegere foarte deformată a ceea ce înseamnă angajament şi răspundere. Oamenii sunt învăţaţi să-i trateze pe ceilalţi cu respect, însă, părinţii care nu manifestă ei înşişi respect, au copii ce vor fi şi ei lipsiţi de această trăsătură la maturitate. Fără stabilitatea morală conferită de un cod al comportamentului onorabil, copiii devin adulţi ce nu-şi pot crea stabilitate în propria viaţă.

Trebuie să fii în stare să faci o promisiune şi apoi să o poţi respecta, fie că e vorba de o altă persoană sau de tine însuţi; trebuie să fii capabil să crezi în puterea ta de a-ţi duce treaba la bun sfârşit şi de a-ţi respecta angajamentele. Când nu ai încredere în tine, fiinţele şi lucrurile din jurul tău par trecătoare şi fragile pentru că aşa te simţi tu în interior. Un om a spus: „Nu vreau să trăiesc

aşa cum au făcut-o părinţii mei, minţindu-se în permanenţă. Dar mă tot gândesc că, într-un fel sau altul, am moştenit această trăsătură, şi că, în anumite circumstanţe, mă voi comporta în acelaşi mod”. Absenţa onoarei la nivel individual se extinde dincolo de hotarele tribului personal, la scara societăţii în general.

La una din sesiunile mele, l-am întâlnit pe Sam care a acceptat să-şi spună povestea vieţii într-o manieră deschisă. Crescuse în sărăcie, fără prezenţa unui tată. Simţea o nevoie disperată de a fi lider, chiar şi liderul unei bande de cartier, acesta fiind felul în care el putea dezvolta un simţ al onoarei. Câştiga aproape şaptezeci şi cinci de mii de dolari pe săptămână ca un important traficant de droguri ce era. Avea un colectiv de „angajaţi” care-l asistau în afaceri ce implicau sume enorme de bani.

Într-o zi, pe când era la volanul maşinii sale, Sam a deschis radioul nimerind un talk-show. Chiar când se pregătea să schimbe canalul, invitata emisiunii a început să vorbească despre existenţa îngerilor. Aceasta a spus că fiecare om are un înger păzitor şi că aceşti îngeri veghează asupra noastră şi a activităţilor noastre. Şi, aşa cum Sam şi-a amintit mai târziu: „Nu voiam să mai ascult acele lucruri, dar dintr-odată nu m-am mai putut gândi decât la poveştile pe care bunica mea obişnuia să mi le spună când eram copil despre felul în care îngerul meu are întotdeauna grijă de mine. Uitasem toate aceste lucruri până în momentul în care am auzit-o pe acea femeie la radio.”

Sam tocmai se ducea la o livrare de droguri când a fost cuprins de senzaţia neplăcută că îngerul său îl urmărea. „Singurul lucru la care m-am mai putut gândi în acea zi a fost: cum voi putea explica ceea ce am făcut pentru a-mi câştiga existenţa atunci când voi muri.” Pentru prima dată în viaţă, Sam a simţit că are o problemă căreia nu-i poate face faţă. „Vreau să înţelegeţi că o mulţime de indivizi se bazau pe mine pentru a-şi câştiga banii. N-am putut să le zic pur şi simplu: Hei, ascultaţi, trebuie ca lucrurile să se schimbe acum, pentru că există nişte îngeri care ne supraveghează şi nu e bine să-i supărăm. Tipii aceştia erau duri şi nu ştiam cum să ies din acea situaţie.”

Într-o noapte, la doar câteva zile după acel program de radio, Sam a lovit cu maşina un stâlp de iluminare stradală şi a suferit răni destul de serioase la picioare şi în zona inferioară a spatelui. „Angajaţii” săi l-au asigurat că vor continua ei afacerea, dar Sam a văzut în acest accident ocazia de a-şi schimba cursul vieţii. Doctorii l-au înştiinţat că va trebui să parcurgă un proces terapeutic greoi şi îndelungat pentru a-şi redobândi capacitatea de a merge normal şi că s-ar putea să rămână cu dureri cronice pentru tot restul vieţii. Sam a început să citească nişte cărţi despre vindecare şi despre îngeri. „Aveam acest sentiment că dacă aş fi promis că nu mă mai întorc pe străzi, picioarele mele s-ar fi vindecat. Le-am spus băieţilor că nu mai puteam suporta stresul şi dintr-un motiv oarecare, m-au crezut. Cred că acest lucru s-a întâmplat pentru că doreau

să obţină partea mea din câştig, iar în ceea ce mă priveşte, motivul lor nu m-a deranjat câtuşi de puţin. De îndată ce a fost posibil, m-am mutat din zonă şi am luat viaţa de la capăt”.

În cele din urmă, Sam a intrat într-o alt fel de „bandă”, un grup de tineri care se adunau seara în vecinătatea colegiului YMCA. S-a dedicat scopului de a-i ajuta să evite viaţa pe care el o dusese iniţial. „Acum câştig foarte puţini bani în comparaţie cu cât câştigam înainte, dar credeţi-mă că acest fapt nu are nicio importanţă. Mă descurc. Şi când aceşti copii pe care-i întâlnesc îmi povestesc despre visele lor, le spun că totul este posibil, pentru că ştiu că acest lucru este adevărat. Le vorbesc chiar despre cât este de important ca ei să fie mândri de ceea ce fac, iar uneori le povestesc despre îngerii lor păzitori. Aceşti copii mă fac să mă simt ca şi cum aş avea o misiune în viaţă. Nu am mai avut acest sentiment până acum şi trebuie să vă spun că îţi dă o senzaţie mai intensă decât orice drog pe care l-am vândut vreodată. Pentru prima dată în viaţă ştiu cum este să te simţi curat până în adâncul sufletului şi cum este să fii mândru de ceea ce eşti”.

Sam a devenit un alt gen de „şef de bandă” inspirând onoare copiilor cu care lucrează. În prezent, Sam şchioapătă când merge, dar, totuşi, merge. Glumind pe această temă, el ne spunea: „cine ar fi crezut că şchiop fiind, voi sta mai drept pe picioare”. Încă mai sunt zile când are dureri puternice, însă asta nu-l împiedică să privească existenţa cu o nesfârşită bucurie. Reuşeşte să-i

inspire pe toţi cei cu care se întâlneşte şi radiază un puternic respect de sine ce vine dintr-o autentică iubire pentru viaţă. Nu am nicio îndoială că descoperirea propriei meniri i-a accelerat vindecarea.

justiţia învăţăm conceptul de dreptate de la triburile ai căror membri suntem: în general, este vorba de legi cum ar fi „ochi pentru ochi şi dinte pentru dinte" sau „fa pentru ceilalţi ce ai vrea ca ei să facă pentru tine" ori legea karmei: „ceea ce semeni, aceea culegi". Ordinea socială este menţinută de justiţia tribală şi ea poate fi rezumată astfel: este drept să te răzbuni pentru orice rău lipsit de motivaţie care ţi s-a făcut; este drept să faci tot ceea ce este necesar pentru protecţia ta şi a familiei tale; este drept să fii alături de ceilalţi membri ai familiei în acţiuni de protecţie sau de răzbunare. Nu este drept să pui un membru al familiei în primejdie pentru un câştig personal; nu este drept să nu îndeplineşti o poruncă tribală; nu este drept să ajuţi pe cineva pe care tribul îl consideră o ameninţare. A nu aduce ruşine asupra familiei este o cerinţă majoră şi care exercită o forţă de control extraordinară asupra fiecărui membru.

Când un component al tribului înfăptuieşte un lucru de valoare pentru ceilalţi, aceştia din urmă generează o „recompensă energetică". Nu este ceva neobişnuit ca un membru al tribului să trăiască pe spatele unui alt membru care şi-a câştigat o reputaţie publică. „Ce înseamnă un nume? 66, întrebăm uneori cu dispreţ, însă, de mare importanţă într-un nume este energia

mândriei sau a ruşinii, care este transmisă de Chakra Unu a unei persoane. Pe de altă parte, a încălca justiţia tribală poate cauza o pierdere de putere sistemului energetic al unui individ, într-o asemenea măsură încât respectivul se poate simţi definitiv dezrădăcinat şi poate avea mari probleme în a construi relaţii cu ceilalţi oameni.

De obicei, tribul crede că întotdeauna există o raţiune „logică, din punct de vedere uman" care să explice de ce lucrurile se întâmplă într-un fel sau altul. Asemenea convingeri creează o mare suferinţă. Unii oameni sacrifică, în mod inutil, ani din viaţă încercând să descopere „motivul" pentru care au fost nevoiţi să trăiască nişte evenimente dureroase. Când realizează că nu pot găsi o explicaţie satisfăcătoare, sfârşesc prin a trăi într-o ceaţă deasă, fiind incapabili să înainteze, dar şi incapabili să se desprindă de trecut. Deşi legea tribală este necesară pentru menţinerea ordinii sociale, ea nu reflectă raţiunea cerească. Printr-o abordare simbolică a Tainei Botezului, poţi găsi o scăpare spirituală din capcana justiţiei umane şi care să te ducă către natura raţiunii divine. Dacă ne-am putea vedea circumstanţele tribale ca fiind „aranjate", pentru a determina evoluţia spirituală şi nu confortul fizic, am putea, astfel, considera evenimentele dureroase din viaţă, ca fiind esenţiale dezvoltării personale, mai degrabă decât pedepse datorate acţiunilor noastre.

Atunci când justiţia tribală ne blochează evoluţia spirituală, trebuie să ne eliberăm de autoritatea ei asupra capacităţii noastre individuale de a alege. Aceasta este una din cele

mai dificile provocări asociate primei chakre, pentru că adesea impune despărţirea fizică de familie sau de un grup de oameni faţă de care ne-am ataşat.

Patrick era un bărbat absolut încântător care a asistat la unul din atelierele mele. Flirta cu fiecare femeie care se apropia de el. Toţi cei care-l întâlneau credeau despre el că era jovial, cald şi iubitor. De profesie medic la o clinică de urgenţă, era, dincolo de toate, şi un talentat povestitor. Întregul grup de participanţi a fost pur şi simplu fascinat atunci când a început să povestească fragmente din viaţa sa. Puţini au părut să observe că Patrick suferea, de asemenea, de dureri cronice la picioare şi în zona inferioară a spatelui. El nu a putut să stea aşezat deloc pe durata cursului, ci numai în picioare, îndreptându-se periodic de spate. Mersul lui avea un uşor şchiopătat. Toţi au presupus că Patrick era şi în particular o fire la fel de veselă precum era în public, cu toate că provenea din Irlanda de Nord – ţară cunoscută pentru nesfârşitele conflicte religioase şi economice – şi văzuse probabil în sala de urgenţe mai multe plăgi cauzate de împuşcări şi mai multe victime ale exploziilor unor maşini capcană decât şi-ar fi putut imagina cineva.

Într-o dimineaţă, m-am întâlnit cu Patrick pentru a lua împreună micul dejun şi m-a rugat să-i fac o evaluare, deşi s-a simţit stingher cerându-mi acest lucru. L-am întrebat ce vârstă are, iar după ce am intrat în acea stare de plutire care permite receptarea impresiilor, a spus cu nervozitate:

Şi cam cât de multe crezi că poţi vedea?

Instantaneu, am primit impresia că făcea parte dintr-o structură militară şi că durerea pronunţată din picioare se datora primirii unei bătăi crunte, la limita unor răni permanente.

De ce primesc impresia că duci o viaţă dublă, pe de o parte ca militar, iar pe de altă parte ca angajat al unui spital? Eşti implicat în vreun tip de organizaţie militară?

Brusc, corpul şi ţinuta lui Patrick au devenit rigide. În clipa în care s-a transformat dintr-o fiinţă caldă şi iubitoare într-un străin cu o atitudine de gheaţă, am înţeles că am intrat pe un teren minat.

În lumea în care trăiesc eu, trebuie să fii pregătit să te aperi, a răspuns Patrick referindu-se, în mod evident, la conflictele de lungă durată din Irlanda de Nord. Cu toate acestea, am ştiut imediat că energia sa implica agresiune şi nu autoapărare. I-am spus: Cred că tensiunea datorată legăturilor tale cu o organizaţie de tip militar este la originea incapacităţii de a-ţi vindeca durerea cronică. După părerea mea e necesar să-ţi reduci participarea la acest grup sau chiar să-l părăseşti definitiv.

Unele lucruri sunt posibile, altele, nu. Nu poţi părăsi puterea istoriei, oricât de mult ţi-ai dori. Şi nu e uşor să schimbi modul în care sunt croite lucrurile. Răzbunarea duce la şi mai multă răzbunare. Într-o săptămână îmi zdrobesc ei picioarele, iar în următoarea le zdrobesc eu pe ale lor. Este un joc dement, dar odată ce ai intrat în el, nu mai poţi ieşi.

Am rămas tăcuţi pentru câteva clipe, fără ca vreunul din noi să spună ceva, după care a continuat:

Trebuie să plec acum. Am vorbit de ajuns.

Am crezut că va pleca de la masa unde ne luam micul dejun, dar, de fapt, a abandonat cursul pe care îl ţineam şi de atunci nu l-am mai văzut niciodată.

Nu ştiu dacă Patrick a fost vreodată silit să ia viaţa unui om, dar ştiu că povara vieţii sale duble era motivul pentru care picioarele sale nu se puteau vindeca. Era pur şi simplu incapabil să se elibereze de „tribul lui militar”, oricât de mare ar fi fost preţul plătit de sănătatea sa şi indiferent de cât de puternic era conflictul dintre simţul justiţiei personale şi atmosfera de răzbunare justificată care-l înconjura.

Lecţia fundamentală a Chakrei Unu se referă la faptul că singura justiţie adevărată este aceea venită pe cale Divină. Am înţeles profunzimea acestei lecţii în timp ce evaluam o femeie al cărui trup era invadat de cancer. Pe când receptam impresii dinspre ea, am văzut o imagine a crucificării. Această imagine nu avea conexiuni cu religia ei, ci mai curând cu sentimentul de suferinţă provenit dintr-o experienţă de tip „Iuda” – o încercare de vindecare după un îngrozitor act de trădare.

În timp ce cugetam la semnificaţia acestei imagini, am înţeles că experienţa de tip Iuda este un arhetip. Acesta transmitea mesajul că întotdeauna raţiunea şi justiţia umană eşuează la un moment dat şi că noi nu avem puterea de a

rearanja evenimentele care ne marchează viaţa şi nici de a schimba lucrurile pentru a fi în acord cu felul în care le dorim noi să fie. Lecţia unei experienţe de tip Iuda ne învaţă că a-ţi pune încrederea în justiţia omenească e o eroare şi că trebuie să ne reorientăm credinţa dinspre autoritatea umană către cea divină. De asemenea, trebuie să avem convingerea că viaţa ne este guvernată cu „Dreptate Divină”, chiar dacă noi nu o putem vedea. E necesar să ne străduim să nu ne lăsăm cuprinşi de amărăciune şi nici să rămânem ancoraţi în postura de victimă atunci când suntem trădaţi sau când nu putem deţine ceea ce dorim, aşa cum a făcut această femeie care s-a îmbolnăvit de cancer ca urmare a acelui act de trădare. Trebuie să avem certitudinea că în niciun caz nu am fost amăgiţi şi că această experienţă dureroasă ne determină să vedem cui i-am acordat încrederea. Povestea lui Erik este o ilustrare clasică exactă a acestui gen de provocare.

L-am întâlnit pe Erik cu mai mulţi ani în urmă, la un curs, în Belgia. A stat liniştit pe toată perioada prelegerii, iar atunci când s-a terminat, m-a anunţat că era însoţitorul meu în călătoria spre Amsterdam. Eram epuizată şi doream să dorm, dar, imediat ce am pornit la drum, mi-a spus:

— Lasă-mă să-ţi povestesc totul despre mine.

În acel moment dorinţa lui de a-mi vorbi se potrivea ca nuca în perete cu starea mea. Cu toate acestea, am spus:

— Bine, te ascult.

Şi până în ziua de azi îi sunt recunoscătoare

pentru insistenţă.

Cu zece ani în urmă, viaţa lui Erik se prăbuşise. Doi asociaţi cu care încercase să demareze nişte afaceri l-au anunţat că luaseră decizia să nu mai lucreze cu el. Pentru că erau doi împotriva unuia singur, nu prea a avut ce face în privinţa hotărârii lor. Cei doi i-au propus un pact: putea primi echivalentul a treizeci şi cinci de mii de dolari în bani lichizi sau putea să reţină toate bunurile unei companii la care erau cu toţii co-proprietari, dar care era practic lipsită de valoare, Uluit, Erik a părăsit biroul şi s-a dus acasă. Când a intrat în casă i s-a adresat soţiei sale:

— Trebuie să-ţi spun ceva.

— Şi eu trebuie să-ţi spun ceva, a răspuns aceasta. Vreau să divorţez. Am întâlnit pe altcineva.

„Toţi cei trei parteneri au divorţat de mine într-o singură zi” mi-a spus Erik, adăugând: „Eram atât de copleşit încât, deşi eram ateu, am ajuns la concluzia că numai Dumnezeu putea să-mi dea viaţa peste cap într-o asemenea măsură. În acea noapte am hotărât să mă rog. I-am spus lui Dumnezeu: Dacă tu ai provocat toate acestea, vorbeşte-mi. Voi urma calea pe care mi-o vei arăta.

În acea noapte am avut un vis. Se făcea că traversam Alpii la volanul unei maşini, în timpul unei furtuni îngrozitoare. Drumul era înşelător din cauza stratului de gheaţă şi eu eram nevoit să mă ţin bine de volan pentru a împiedica automobilul să alunece în afara şoselei. La un moment dat, aproape că am scăpat maşina de sub control şi începusem să mă îndrept către partea opusă

muntelui, dar, totuşi n-am făcut-o. Până la urmă, am reuşit să ajung în vârful muntelui şi, odată ce am trecut de acesta, furtuna a încetat, soarele strălucea, iar drumul era uscat şi sigur. Am continuat să merg până am ajuns la o căsuţă ţărănească la fereastra căreia ardea o lumânare special pentru mine, iar în interior o mâncare caldă mă aştepta pe masă.

După acest vis am hotărât să accept oferta partenerilor de a prelua bunurile acelei companii lipsite de valoare, şi aceasta deoarece era o companie care producea hrană pentru pisici, iar maşina pe care o conduceam în vis era un Jaguar. Partenerii

Ihel mu fost încântaţi de alegerea mea, gândindu-se că tocmai HOnomisiseră treizeci şi cinci de mii de dolari. Deşi nu eram llyiir de ce, am ştiut că, acceptând această ofertă trebuia să mă liberez de ei şi de soţia mea fără mânie. Era necesar să-mi iau Minus bun de la toţi, cu toate că, în mod ironic, ei erau cei care uredeau că scapă de mine. La scurt timp după aceea, în viaţa meu au apărut mai multe oportunităţi de a salva această companie şi, după cum visul mă avertizase, eforturile de a o pune pe picioare au fost foarte dure în primele luni. Dar, datorită neelui vis am ştiut că voi reuşi, aşa că, am perseverat.

Astăzi am una din cele mai de succes companii din Belgia şi îmi petrec o mare parte din timp cu lucrări de antrepriză. În plus, m-am recăsătorit cu cea mai minunată femeie din lume, cineva care este cu adevărat un partener de viaţă

în toate privinţele. Personal, nu am anticipat nimic din tot ceea ce fac acum, numai Divinitatea ar fi putut cunoaşte acest plan. În fiecare dimineaţă îmi încep ziua cu o rugăciune, mulţumindu-i lui Dumnezeu că m-a desprins de viaţa pe care o duceam înainte, pentru că nu aş fi avut niciodată curajul să mă despart de acei trei oameni prin voinţă proprie. Acum, când întâlnesc oameni ale căror vieţi sunt date peste cap, le spun: Dumnezeu este întotdeauna cu tine. Nu trebuie să-ţi faci niciun fel de griji. Ştiu acest lucru din proprie experienţă”.

Toate aceste studii de caz sunt exemple de situaţii în care putem învăţa sacrul adevăr *Toate sunt Una*. Puterea spirituală conţinută în interiorul Sefirotului Shekhinah şi Taina Botezului se combină cu energia Chakrei Tribale pentru a ne oferi „intuiţia primei chakre”, pentru a ne ajuta să trăim onorabil unii cu ceilalţi şi pentru a depăşi percepţiile greşite care contrazic adevărul *Toate sunt Una*.

Următorul stadiu al dezvoltării îl reprezintă explorarea temelor celei de-a doua chakre şi al adevărului sacru *Cinstiţi-vă unii pe alţii*.

Întrebări pentru autoexaminare

1. Ce modele de gândire ai moştenit de la familia ta?

2. Care dintre modele de gândire moştenite şi care încă mai au influenţă asupra minţii tale le poţi recunoaşte ca fiind rămase fără temei?

3. Ce superstiţii ai? Care dintre acestea au asupra ta o putere mai mare decât propria ta capacitate de a raţiona?

4. Ai un cod personal al onoarei? Care este acesta?

5. Ţi-ai compromis vreodată simţul onoarei? Dacă da, ai făcut ceva în direcţia vindecării sale?

6. Ai probleme nerezolvate cu membrii familiei tale? Dacă da, enumera motivele care te împiedică să-ţi vindeci relaţiile cu familia.

7. Enumeră toate binecuvântările pe care le simţi că au venit din partea familiei tale.

8. Dacă în prezent ai propria ta familie, enumeră calităţile pe care ai vrea să le moştenească copiii tăi de la tine.

9. Ce tradiţii tribale şi ritualuri continui pentru tine şi familia ta?

10. Descrie acele caracteristici tribale ce fac parte din tine şi pe care ai vrea să le întăreşti şi să le dezvolţi.

CAPITOLUL II
Chakra Doi:
Puterea relaţiilor

9

A doua chakră este Chakra Parteneriatului sau a Relaţiilor. Energia ei începe să pulseze şi devine distinctă în jurul vârstei de şapte ani. Atunci copiii încep să simtă că interacţionează cu alţi copii şi adulţi, fiind mai independenţi faţă de părinţii lor şi în afara mediului căminului. Prin aceste interacţiuni ei încep să se individualizeze, să creeze relaţii şi să exploreze puterea lor de alegere. Schimbul energiei în Chakra Doi înseamnă şi schimbarea de la supunerea faţă de autoritatea tribală către o descoperire a relaţiilor care satisfac nevoile personale şi fizice. Deşi o

chakră cu o energie joasă ce ne împinge să ne legăm de forţe exterioare, Chakra Doi este o forţă puternică.

Localizare: partea de jos a abdomenului şi zona lombară.

Conexiunea energetică cu corpul fizic: organele sexuale, intestinul gros, vertebrele de jos, pelvis, zona şoldurilor, apendicele şi vezica urinară.

Conexiunea energetică cu corpul:

această chakră rezonează cu nevoia noastră de a controla într-o oarecare măsură dinamica mediului fizic înconjurător. Toate ataşamentele prin care păstrăm un control asupra vieţii noastre externe, cum ar fi autoritatea, alţi oameni sau banii sunt legate prin această chakră în câmpul energetic şi în corpul nostru fizic. Bolile care îşi au originea în acest centru energetic sunt activate de frica de a pierde controlul. Cancerul de prostată sau cancerul ovarian, durerile cronice în partea de jos a spatelui şi a solurilor, artrita, toate acestea sunt câteva din problemele cele mai des întâlnite. Problemele la menopauză cum ar fi valurile de căldură sau depresia sunt disfuncţii ale Chakrei Doi. Fibroamele rezultă din energia creativă nefolosită a chakrei şi din energia de viaţă care este direcţională în munci sau relaţii moarte/terminate.

Conexiunea simbol/percepţie: Energia din această chakră ne oferă posibilitatea de a genera un sens al unei identităţi personale precum şi graniţele psihologice protectoare. Pe măsură ce dobândim puterea personală în legătură cu lumea

exterioară şi forţele sale fizice seducătoare – cum ar fi sexul, banii, substanţele care creează dependenţă sau alţi oameni – energia din a doua chakră a unui ego sănătos fizic ne menţine capabili să interacţionăm cu acea lume cu care trebuie să negociem sau căreia trebuie să i ne „vindem”; este energia auto-suficienţei, a instinctului de supravieţuire pentru a fi în lume.

Conexiunea Sefirot/Tainã: Chakra Doi este aliniată Sefirotului Yesod care reprezintă falusul, energia masculină a procreaţiei. Această chakră a parteneriatului deţine, de asemenea, şi energia „testamentară”. Această energie procreatoare este atât biologică, cât şi spirituală: ne dorim să creăm copii şi să aducem idei creative în formă fizică, ceea ce este crucial pentru sănătatea noastră fizică şi spirituală. Taina Comuniunii rezonează cu energia din această chakră şi simbolizează legăturile pe care le formăm cu oamenii. Comuniuni de multe feluri sunt simbolizate de actul „împărţirii pâinii împreună”.

Fricile de bază: frica de a pierde controlul sau de a fi controlat de altcineva, prin puterea dominantă a evenimentelor sau condiţiilor, cum ar fi dependenţa, violul, trădarea, impotenţa, pierderea financiară, abandonul din partea partenerului principal sau colegilor de profesie. De asemenea, frica de pierderea puterii corpului fizic.

Puterile fundamentale: Capacitatea şi puterea de a supravieţui financiar şi fizic pe propriile puteri şi de a ne apăra şi proteja; instinctul „luptă sau fugi”; capacitatea de a risca;

capacitatea de a ne reveni după o pierdere, fie aceasta pierderea unui membru al familiei, partener, fie pierderea unor proprietăţi, a serviciului, pierderea financiară; puterea de a ne revolta şi de a ne reface viaţa; abilitatea şi talentul de a lua decizii personale sau profesionale.

Adevărul sacru: Adevărul sacru intrinsec acestei chakre este: *Onoraţi-vă unii pe alţii*. Acest adevăr se referă la interacţiunile noastre unul cu altul şi cu toate formele de viaţă. Din perspectivă spirituală fiecare relaţie pe care o dezvoltăm, de la cea mai obişnuită la cea mai intimă, serveşte scopului de a ne ajuta să devenim mai conştienţi. Unele relaţii sunt dureroase în mod necesar, pentru că a învăţa despre noi înşine şi a ne vedea limitele nu sunt lucruri pe care să dorim să le facem cu entuziasm. Deseori avem nevoie să fim pregătiţi spiritual prin asemenea întâmplări.

Energiile arhetipale ale Sefirotului Yesod şi Tainei Comuniunii şi energia fizică a Chakrei Doi simbolizează faptul că, în esenţă, relaţiile sunt mesageri spirituali, care aduc în vieţile noastre – şi noi în vieţile lor – revelaţii despre tăriile şi slăbiciunile noastre. De la relaţiile din interiorul căminului la cele din cadrul serviciului sau al comunităţii ori al activităţilor politice, nicio uniune nu este fără valoare spirituală. Fiecare ne ajută să creştem ca indivizi. Putem observa mai uşor valoarea simbolică a relaţiilor noastre atunci când ne eliberăm de necesitatea de a judeca ce şi cine are valoare şi când, în loc de a judeca astfel, ne putem concentra asupra cinstirii, onorării persoanei şi sarcinii în care suntem implicaţi

împreună.

Energia Chakrei Doi are o dualitate inerentă. Energia unificată din prima chakră, reprezentând mintea tribală, devine divizată în două polarităţi în cea de-a doua chakră. Această diviziune a forţelor a primit multe denumiri: yin/yang, anima/animus, masculin/feminin, soare/lună. Înţelegerea semnificaţiei acestor opoziţii este cheia pentru rezolvarea problemelor Chakrei Doi. Energiile Sefirotului Yesod şi ale Tainei Comuniunii combină aceste energii duale pentru a ne asigura că atragem către noi relaţii care ne ajută să ne cunoaştem. Expresii bine cunoscute precum: „Spune-mi cu cine te însoţeşti, ca să-ţi spun cine eşti” sau „Când studentul e pregătit, apare şi profesorul” ne aduc la cunoştinţă că, în spatele acestora, lucrează o energie care pare că organizează unde şi când să întâlnim pe cineva – şi întotdeauna la timpul potrivit. Testul spiritual al Chakrei Doi este de a învăţa să interacţionăm conştient cu alţii: de a forma uniuni cu oameni care ne sprijină dezvoltarea şi de a ne elibera din relaţii care ne împiedică creşterea.

Ştiinţa fizică recunoaşte chakra a doua ca fiind legea cauzei şi efectului (pentru fiecare acţiune, există o reacţiune egală şi opusă) şi legea magnetismului (obiectele încărcate opus se atrag). Aplicate la relaţii, aceste legi înseamnă că noi generăm tipare de energie care atrag oameni opuşi nouă, într-un anume fel, şi care au să ne înveţe ceva. Nimic nu este întâmplător; înainte de orice relaţie pe care am făcut-o, am deschis uşa energiei pe care o generam. Acest fapt este ceea

ce face deliciul în învăţărea dualismului acestei chakre. Cu cât devenim mai conştienţi, cu atât mai conştient putem folosi energia Chakrei Doi.

Puterea alegerii

Energia din Chakra Doi ne ajută să evoluăm dincolo de energia colectivă a tribului. Alegerea se naşte din opoziţii şi din dualitatea chakrei a doua care ne pune la încercare mereu pentru a face alegeri într-o lume a opuselor, a tiparelor de energie pozitivă şi negativă. Fiecare alegere pe care o facem contribuie la universul nostru cu un curent subtil din energia personală ce corespunde influenţei conştiinţei umane.

Administrarea puterii de alegere, cu toate implicaţiile ei creative şi spirituale este esenţa experienţei umane. Toate învăţăturile spirituale sunt astfel îndreptate pentru a ne inspira să recunoaştem că puterea de a lua decizii este forţa care converteşte spiritele noastre în materie, cuvintele noastre în carne şi oase. Alegerea este procesul creaţiei înseşi.

Faptul că alegerile noastre ne împing spiritul în evenimente este motivul pentru care cele mai importante tradiţii spirituale s-au format în jurul unei lecţii esenţiale: Faceţi alegerile cu înţelepciune, pentru că fiecare alegere este un act creator al puterii spirituale pentru care sunteţi responsabili. Şi, mai mult, orice alegere făcută din credinţă are puterea completă a cerului – aceasta înseamnă „credinţa cât un bob de muştar poate muta muntele din loc”. Fiecare alegere făcută din frică este o violare a energiei credinţei.

Totuşi, alegerea are un aspect misterios

pentru că nu vom şti pe deplin niciodată ce va ieşi din fiecare alegere pe care o facem. O primă lecţie a chakrei a doua este natura paradoxală a alegerii: ceea ce pare corect, devine greşit; ceea ce pare bun, se termină rău. Chiar când totul pare că merge lin, apare haosul care sparge totul.

Paradoxal, când energia Chakrei Doi înclină să ne controleze viaţa, lecţia este că, de fapt nu putem controla. Suntem fiinţe fizice şi fiinţe energetice, dar, de vreme ce lumea fizică nu poate fi controlată, sarcina noastră este să învăţăm perfect şi să controlăm răspunsurile noastre interioare faţă de lumea exterioară, gândurile şi emoţiile noastre.

Bineînţeles, toţi ne luptăm într-un ciclu de dezamăgiri care par fără sfârşit, în care încercăm să ne controlăm vieţile. Căutăm fără încetare acea mare şansă care ne va pune viaţa într-o ordine permanentă, oprind mişcarea schimbării atât timp cât să putem stabili un control final asupra oricui şi asupra a orice. Este aceasta cariera potrivită? Este partenerul corect pentru căsătorie? Este localizarea geografică potrivită? Căutând această corectă alegere în mod constant, dăm viaţă fricii de a schimba ritmul care este viaţa însăşi. Căutând o singură persoană exterioară sau un lucru care ne va aduce pentru totdeauna pacea, stabilitatea, iubirea şi sănătatea, noi îndepărtăm cea mai autentică putere care există în spatele ochilor noştri şi nu în faţa lor. Adevărul conţinut în natura paradoxală a dualismului este acesta: nu ceea ce alegem contează; puterea noastră de a influenţa un rezultat rezidă în motivele noastre

pentru a face respectiva alegere.

Încercarea, lecţia Chakrei Doi, este de a învăţa ce anume ne motivează pentru a face alegerile pe care le facem. Învăţând despre motivaţiile noastre, învăţăm despre conţinutul spiritului nostru. Eşti plin de frică sau de încredere? Fiecare alegere pe care o facem conţine energia ori a fricii, ori a credinţei, iar rezultatul fiecărei decizii reflectă până la un anume punct acea frică sau credinţă. Această dinamică a alegerii garantează că nu putem fugi de noi înşine sau de deciziile noastre.

Alegerea şi relaţiile

Energia Chakrei Doi este extrem de volatilă pentru că ea caută să creeze. Este legată, de asemenea, şi de problemele supravieţuirii fizice: sex, putere şi bani, monedele de schimb ale relaţiilor. Pe măsură ce încercăm să ne săpăm un loc pentru noi în lumea fizică, conflictul interior între credinţă şi frică este deseori îngropat sub problemele de supravieţuire care ne domină gândurile: pot să-mi câştig existenţa? Pot să-mi găsesc un partener? Pot să am grijă de mine însămi/însumi?

Partea întunecată a problemelor chakrei a doua este alcătuită din fricile noastre prevalente: violul, trădarea, pierderea financiară şi sărăcia, abandonul, izolarea, impotenţa şi incapacitatea de a avea grijă de noi înşine. Fiecare din aceste frici are puterea de a ne controla şi de a direcţiona acţiunile noastre pentru întreaga viaţă. În limbajul scripturilor aceste frici se califică pentru expresia „falşi dumnezei”.

Pentru a învăţa despre motivaţiile noastre – pentru a descoperi dumnezeii falşi personali – avem nevoie de relaţii. Pentru a forma o relaţie folosim o parte din energia sau din puterea noastră personală. Odată formată, putem întreba, chiar şi inconştient: Această relaţie îmi ia din putere sau eu îmi trag putere din ea? Unde sfârşesc eu şi unde începe cealaltă persoană? Care este puterea mea şi care este puterea celeilalte persoane? Mă compromit în schimbul siguranţei, pentru bani ori statut? în timp ce aceste întrebări sunt în esenţă sănătoase, în cele mai multe relaţii începem prin a gândi în termeni divizivi şi conflictuali din punct de vedere psihologic, inducând opoziţiile: eu sau tu, al meu sau al tău, bun sau rău, câştigător sau învins, corect sau greşit, bogat sau sărac.

În mod simbolic, aceste conflicte reprezintă relaţiile celor mai mulţi oameni cu codul: puterea mea sau a ta – tu eşti cu adevărat aici pe pământ cu mine sau eu trebuie să controlez totul singur? Şi chiar dacă o putere Divină manevrează din spatele scenei, cum ştiu ce alegeri să fac? Acest conflict de bază al credinţei este prezent în fiecare din relaţiile noastre.

Paradoxal, încercarea noastră de a rezolva aceste energii conflictuale duce la menţinerea lor în conştiinţa întregului inerent din univers. Începem această călătorie prin explorarea conflictului din interiorul relaţiilor: relaţiile generează conflict, conflictul generează alegerea, alegerea generează mişcarea, iar mişcarea generează şi mai mult conflict. Ne eliberăm din

acest ciclu făcând alegeri care transcend dualismul şi diviziunile dintre noi şi alţii, şi dintre noi şi Dumnezeu. Atâta vreme cât ne concentrăm asupra încercării de a ţine sub control o altă persoană şi uităm că acea persoană este o oglindă care reflectă înapoi spre noi înseşi calităţile noastre, păstrăm conflictul viu în interiorul nostru. Văzându-ne pe noi înşine şi pe alţii în uniuni simbolice, ne ajută să ne adaptăm diferenţelor. Acesta este înţelesul simbolic al Tainei Comuniunii.

Încercarea de a conduce energia creatoare

Energiile Chakrei Doi au nevoie să creeze viaţă, să mute Pământul, să aducă o contribuţie continuităţii vieţii. Energia creatoare, spre deosebire de inspiraţie – o calitate a Chakrei pU este esenţialmente fizică, aparţine pământului. Este SM/râut de a fi fizic viu. Energia celei de-a doua chakre ne Hh» în instinctele de bază, de supravieţuire şi intuiţiile, la fel precum şi dorinţa de a crea muzică, artă, poezie şi arhitectură, «Mii curiozitatea de a investiga natura în ştiinţă şi medicină. Knergia noastră creatoare ne atrage într-un dialog intern cu ptiliirităţile sinelui nostru, cu înclinaţiile noastre conflictuale şi fie cere să creăm relaţii externe care să rezolve aceste polarităţi.

Energia creatoare ne rupe de tiparele habituale ale comportamentului, gândurile şi relaţiile. Obiceiul este un iad de care oamenii se agaţă în încercarea de a opri schimbarea. Dar energiile creatoare sfidează repetiţia obiceiului. Aceste două forţe, repetiţia şi creativitatea sunt

opuse una alteia în psihicul uman şi ne împing să investim şi să refacem haosul lumii noastre dându-i un sens personal.

Energia Chakrei Doi este una din primele resurse pe care le avem pentru a face faţă evenimentelor zilnice, oferindu-ne soluţii creatoare pentru problemele mentale, psihice şi spirituale. Blocând această energie poate apărea impotenţa, infertilitatea, infecţiile vaginale, endometrite şi depresie. Afectează, de asemenea, maturizarea spirituală, ca şi cum ar spune: „Nu vreau să mai înţeleg, nu vreau să înţeleg mai profund, nu vreau să interacţionez cu procesul de învăţare a vieţii”. Dacă îi este permis să curgă, energia creatoare va acţiona continuu pentru a reface vieţile noastre şi pentru a revela înţelesul şi sensul pentru care lucrurile se întâmplă aşa cum se întâmplă, mai degrabă decât aşa cum le-am putea determina noi înşine.

Kate m-a contactat pentru o evaluare după ce soţul ei, un om de treizeci şi ceva de ani, murise într-un accident de maşină. Kate rămăsese să îngrijească doi copii, cu minime şanse de a face faţă vieţii, fără o educaţie şcolară sau alte abilităţi. Kate mi-a spus că pur şi simplu nu mai avea energie să meargă mai departe în viaţă.

Pentru mine era evident, şi pentru Kate la fel, că suferea de depresie. În timpul evaluării mi-am notat că avea un chist benign ovarian despre care încă nu ştia. Am vorbit despre importanţa eliberării de trecut şi găsirii unui motiv pentru a merge mai departe, dar această încercare părea să o fi copleşit pe Kate. I-am spus să meargă la

doctor pentru un control în legătură cu chistul şi, de asemenea, să îşi aleagă o mică sarcină de îndeplinit, dar care să reprezinte intenţia ei de a-şi reconstrui viaţa. Trebuia să vizualizeze această sarcină ca aducându-i o nouă energie în viaţă. Că avea ceva crescut în zona ovariană nu era de mirare, pentru că, nu numai că îşi pierduse partenerul, dar pierduse şi un mod de viaţă şi acum se confrunta cu însăşi capacitatea ei de a supravieţui fizic şi financiar. Supravieţuirea este o problemă majoră a Cakrei Doi.

Sarcina de îndeplinit pe care a ales-o Kate ca simbol pentru noul ei început, a fost să planteze flori, ceea ce reprezenta viaţa nouă. Cu fiecare floare pe care o planta, spunea: „Plantez acum un nou început pentru mine şi pentru copiii mei”. În fiecare zi lucra mai conştiincios pentru a-şi aduce energia în prezent. A refuzat să se lase să se prăbuşească în viaţa trecută pe care o avusese cu soţul ei. S-a dus şi la control, iar doctorul a confirmat chistul ovarian benign. Nu era într-un pericol imediat, a spus el, dar chistul trebuia verificat periodic. Apoi, Kate a adăugat încă ceva de făcut pe lângă grădinărit; în timp ce curăţa grădina de frunze, spunea: trag chistul afară din corpul meu”.

După şase săptămâni, Kate a început să aibă o idee despre cum să-şi creeze un venit. Fusese întotdeauna bună la activităţi casnice precum gătitul şi cusutul, dar nu considerase niciodată că şi-ar putea câştiga existenţa din aceste aptitudini. Apoi, într-o zi, a sunat-o o prietenă să-i spună că tocmai îşi scrântise încheietura mâinii şi nu putea

să coasă toate costumele pe care se angajase să le facă pentru o piesă la teatrul din localiate. Putea Kate să preia această sarcină?

Kate a acceptat, s-a dus la teatru, a primit îndrumări pentru costume şi s-a întors acasă cu materialele şi cu măsurile. Pe măsură ce se uita peste modele, a constatat că putea să le aducă îmbunătăţiri, a sunat persoana care se ocupa de costume şi i-a sugerat câteva schimbări care au fost toate aprobate. Costumele ei au fost un succes. Puţin după aceasta, telefonul lui Kate a început să sune cu cereri de a ajuta şi în alte proiecte de teatru şi chiar de design personal.

De-atunci, Kate şi-a deschis propriul ei magazin de design şi are o afacere înfloritoare. Chistul ovarian s-a dizolvat. A recomandat multor persoane ca atunci când simt că au ajuns la capăt şi au nevoie să înceapă ceva, să planteze flori în grădină cu gândul: „Acum plantez o idee creatoare pentru mine”.

Povestea lui Kate ilustrează felul în care energia creatoare ne poate propulsa pe drumuri neanticipate vreodată şi poate spori puterea noastră de a face alegeri pozitive. O idee creatoare deţine propriul ei câmp energetic şi poate genera simultan implicarea altor oameni sau a altor circumstanţe necesare pentru a duce ideea spre următoarea etapă a vieţii. De asemenea, povestea lui Kate reprezintă prezenţa energiilor spirituale ale Sefirotului Yesod – nevoia de a crea – şi energia Tainei Comuniunii – forţa magnetică pe care o radiem şi care atrage spre noi ajutorul atunci când avem nevoie mai mult.

Pentru că este atât de volatilă, dar şi atât de puternică, energia creatoare ne pune la încercare pentru a o folosi conştient. De cele mai multe ori folosim creativitatea în intimitatea gândurilor noastre, dar energiile creatoare sunt prezente şi în interacţiunile noastre cu alţi oameni. De exemplu, putem să schimbăm în mod creativ detaliile poveştilor pe care le spunem altora pentru a servi intereselor noastre; sau putem manipula pe cineva pentru a obţine ceea ce vrem. Acestea sunt acţiuni care folosesc energia în mod negativ. Bârfa şi manipularea seacă puterea din Chakra Doi.

Actele negative şi gândurile negative îşi au originea în frică. De exemplu, gradul în care frica de a fi trădaţi de o altă persoană sau faţă de o violare în cadrul unei relaţii ori frica de a se profita financiar de noi deţine o autoritate în noi, determină limita până la care ne vom comporta în mod negativ. Credinţa în orice, fie pozitiv sau negativ, produce rezultate. Punându-ne credinţa în frică, aceasta generează rezultate distructive, începând cu dezintegrarea capacităţii noastre de a relaţiona având încredere în lumea exterioară.

Când suntem motivaţi de frică putem fi uşor seduşi de falşii zei ai sexului, puterii şi banilor şi tot ceea ce ei reprezintă. Odată seduşi, abdicăm de la a controla această putere ce are autoritate asupra noastră şi care ne seduce: relaţia personală nefuncţională, sursa externă de bani sau securitatea, o experienţă amintită mult după ce ar fi trebuit pusă la odihnă sau dependenţa noastră de alcool sau droguri. Hipnotizaţi de

vocea fricii, suntem incapabili să gândim sau să acţionăm cu claritate pentru că, odată contaminaţi cu frică, aceasta scurt-circuitează energia creatoare şi ideile care vin din a doua chakră. Literal şi simbolic, a doua chakră este canalul naşterii.

Cu toate că ideile nou-născute îşi au propriul câmp energetic şi luptă pentru supravieţuire, la fel cum fac şi copiii nou-născuţi, deseori frica reuşeşte să anuleze o idee nouă. Unii oameni se tem să dea ideilor sau relaţiilor suficient spaţiu pentru a respira, acel spaţiu de care au nevoie pentru a creşte. S-ar putea să se simtă ameninţaţi, de exemplu, atunci când o idee are nevoie de ajutor din afară. Sau s-ar putea să-şi asume o poziţie de proprietar asupra ideii, aceasta însemnând că, dacă au născut ideea, este a lor, şi prin urmare ei controlează totul şi pe toţi cei care sunt ataşaţi de acea idee. Deseori amândouă răspunsurile au drept rezultat o „sufocare energetică”, efectul înăbuşitor al controlului unui părinte sau al unui partener înfricoşător.

Un bărbat pe nume John, a participat la unul din seminariile mele pentru că dorise să descopere intuitiv o nouă direcţie pentru cariera lui. După cum spunea, întotdeauna aşteptase să deschidă o firmă a lui, o companie de producţie video. Cum se apropia de cea de-a patruzecea aniversare, a simţit că era „acum ori niciodată”. A găsit doi parteneri şi împreună au lansat ceea ce toţi sperau să devină o corporaţie de succes. Au făcut un plan de afaceri şi au pornit să caute investitori. În timp ce plănuiau sau erau în

perioada de visare a proiectului, totul a mers bine între ei. Şi-au pus toată energia şi ambiţiile la un loc şi au simţit că erau meniţi pentru un succes, o credinţă care a devenit şi mai puternică când au obţinut cinci investitori diferiţi.

Cu toate acestea, infuzia de capital neaşteptată i-a întors unul împotriva celuilalt. În loc să îi propulseze în următoarea fază a dezvoltării afacerii, banii au schimbat atitudinea lui John. El a început să sugereze subtil că toate ideile erau în cea mai mare măsură create de el şi, prin urmare el ar trebui să răspundă de următoarea fază a deciziilor. Competiţia dintre John şi partenerii săi a deraiat elanul lor creator şi, şase luni mai târziu, o bună parte din investiţia iniţială era deja cheltuită, iar ei tot nu reuşiseră să producă nimic. Până la urmă, toţi trei au fost forţaţi să încheie parteneriatul şi să declare faliment. John a pus vina pe partenerii lui pentru acest eşec, convins fiind că erau geloşi pe talentul lui.

De asemenea intrinsecă în potenţialul chakrei a doua este capacitatea de a crea conflict. Adevărul sacru şi tema Chakrei Doi, *„Cinstiţi-văunii pe alţii”*, conţine o enormă putere spirituală, dar şi soluţia de a rezolva această încercare spirituală. Când acţionăm în sensul acestui adevăr, când ne aliniem cu acesta, aducem tot ceea ce este mai bun în noi înşine şi în ceilalţi. În mod simbolic, energiile Sefirotului Yesod şi ale Tainei Comuniunii sunt destinate să fie folosite pentru a cinsti o altă fiinţă umană, fie prin intuiţia pentru lucrul corect pe care să îl spunem altuia,

fie recunoscând importanţa egală a celeilalte persoane într-o uniune. Creaţia este o formă de comuniune, unind energiile generatoare de viaţă ale oamenilor către un scop comun. Deseori ne referim la creativitate ca la „seminţele plantate”, aceasta fiind o metaforă ce reprezintă energia falusului şi a Sefirotului Yesod.

John nu a fost capabil să înţeleagă, să recunoască faptul că şi partenerii lui de afacere aveau talent, idei creative şi ambiţie. Dimpotrivă, în loc să-i respecte şi să lucreze cu ei, el s-a simţit ameninţat de ei. I-am făcut o evaluare, sperând să-l pot ajuta să înţeleagă sursa acestei frici, şi am primit impresia că frica lui cea mai mare era faţă de impotenţă şi că asociase impotenţa sexuală cu cea financiară şi creativă. În acelaşi timp era atras de ideea de a crea împreună cu alţi oameni. Deşi acest tip de conflict putea fi rezolvat prin terapie, totuşi John a respins sugestia mea. A spus că după părerea lui, fiecare afacere ar trebui să aibă un singur şef şi că problema lui ar fi putut fi rezolvată dacă ar fi putut găsi un grup de oameni talentaţi care să înţeleagă asta. Terapia, mai spunea John, nu ar putea schimba ceea ce simţise el despre dinamica administrării unei afaceri; prin urmare, terapia nu avea nicio valoare. Până când nu ar fi devenit motivat să-şi testeze propriile convingeri, ar fi continuat să conducă tot felul de afaceri care ar fi eşuat. Când a părăsit seminarul era hotărât să-şi găsească o altă echipă de oameni pe care să-i conducă.

Energia şi avorturile fizice care rezultă din fiică au consecinţe emoţionale şi deseori şi fizice.

Femeile care avortează pentru că soţii lor le resping pe ele sau copilul, ori pentru că sunt înspăimântate că nu vor fi capabile să ofere un cămin copilului lor, pot dezvolta boli ale sistemului reproductiv, cum ar fi fibrozele.

Norm Shealy m-a sunat odată să consult o pacientă care suferea de o sângerare vaginală severă fără nicio cauză fizică cunoscută. În timp ce făceam evaluarea, am reţinut că făcuse două avorturi pe care nu le dorise. L-am întrebat pe Norm: „Ţi-a spus despre cele două avorturi?” Norm a întrebat pacienta despre sentimentele ei faţă de avorturi, despre care nu menţionase în timpul evaluării medicale. Pacienta a clacat emoţional şi a izbucnit, începând să reverse din ea toată durerea şi vina pe care le purtase de ani de zile. Aceste traume erau chiar energia ce cauzase sângerarea.

Femeile pe care le-am întâlnit şi care făcuseră un avort din propria lor alegere nu aveau un sentiment traumatizant faţă de această experienţă. Mai degrabă, senzaţia lor că nu era timpul potrivit pentru a deveni mame sau de a avea un alt copil şi faptul că ştiau că făcuseră o alegere corectă juca un rol foarte important în capacitatea lor de a trăi în pace cu acea alegere. O femeie mi-a spus că înainte de a face un avort a făcut o slujbă, trimiţând un mesaj spiritului copilului pe care îl purta. I-a comunicat acelui copil că nu poate să-i ofere un mediu stabil, şi era convinsă că mesajul ajunsese la destinaţie pentru că, după avort avusese un vis în care întâlnise un spirit care-i spusese: „Totul este în regulă”.

Avorturile energetice, renunţarea la o idee sau un proiect, se întâmplă mult mai des decât cele fizice. Atât bărbaţii cât şi femeile le experimentează. La fel precum avortul fetal poate cauza cicatrici emoţionale şi fizice, la fel şi avorturile energetice îşi lasă amprenta. Atât la bărbaţi, cât şi la femei avorturile energetice contribuie la probleme fizice, printre ele găsindu-se infertilitatea.

Multe femei de carieră care sunt foarte implicate în naşterea carierei lor au probleme în a rămâne însărcinate. Unii bărbaţi, în aceeaşi situaţie, au şi ei probleme de prostată şi dificultăţi în potenţa sexuală.

Un bărbat şi-a amintit cum investise foarte mult timp, energie şi bani într-un plan pentru o afacere nouă. Pentru că nu avea suficienţi bani pentru a începe, a cerut ajutor financiar de la mai multe cunoştinţe. Bazându-se pe ajutorul lor, a început să-şi facă planuri. După câteva luni de aranjat detalii, şi-a contactat partenerii pentru banii pe care îi promiseseră. Dar ei toţi au dat înapoi. Creaţia lui nu s-a întrupat niciodată şi s-a simţit adânc rănit. Spunea că nu putea „să nască” acea idee. Ani de zile a cărat „moartea” planului său în corp ca pe un avorton. Până la urmă, a făcut o tumoare malignă în colon, datorită căreia, după câţiva ani a şi murit. Nevoia lui de a da viaţă, ceea ce este egal atât pentru psihicul masculin, cât şi pentru cel feminin, i-a cauzat acest avort energetic.

Un alt bărbat mi-a spus că soţia lui făcuse un avort fără să-i spună, pentru că ea credea că era

numai decizia ei. Când a aflat despre asta, el a dus energia acelui avort transformându-l în furie şi vinovăţie în propriul lui sistem. Rezultatul a fost că el a devenit impotent: corpul lui refuza să mai producă viaţă din nou.

Încercarea de a coordona/conduce energia sexuală

Sexualitatea şi toate atitudinile noastre faţă de ea sunt întipărite în a doua chakră. Sexualitatea este o putere crudă, puterea de a forma legături puternice şi o uniune intimă cu altă persoană cu care putem produce şi menţine viaţă. Să ai un partener şi să formezi o familie, cu sau fără copii, reprezintă stabilitatea pentru noi ca adulţi. Găsirea unui partener de viaţă include, de asemenea, formarea unei uniuni cu o persoană de acelaşi sex. Spargerea restricţiilor culturale care au ţinut oamenii în forme limitate de expresie sexuală a permis indivizilor să caute parteneri după nevoile lor, şi astfel a permis comunităţii homosexuale să înceapă călătoria pentru a-şi dobândi demnitatea într-o lume predominant heterosexuală.

Chakra Doi conţine dorinţa, la fel şi capacitatea de a crea viaţă. Gestaţia şi naşterea unesc forţele dualiste dintre doi oameni mai mult decât orice altă expresie a unităţii.

În afară de a crea viaţă, sexul este o cale de auto-exprimare, un mod de a afirma confortul în relaţia fizică cu lumea din jurul nostru. Sexualitatea ne conectează cu trupurile şi nevoile noastre fizice, la fel şi cu potenţialul de a explora aspectele erotice şi senzuale. Erotismul sexual

este o formă de eliberare fizică şi emoţională, dar şi spirituală. De ce spirituală? Plăcerea erotică este, prin natura sa, „de a fi în clipă”, o întâlnire în care renunţăm la toate graniţele pentru a ne bucura complet de contactul uman. Explorată fără ruşine, energia erotică poate eleva corpul uman şi spiritul în senzaţii de extaz, câteodată chiar producând stări alterate de conştiinţă.

Femeile sunt exemple fizice ale tiparului vieţii asupra energiei transformate în materie prin gestaţie, prin durerile naşterii şi prin naştere. Ciclul vieţii unei femei exprimă progresia naturală a energiei sexuale. Pentru cele mai multe femei, kundalini sau energia spirito-sexuală, începe să se ridice în mod natural în jurul vârstei de patruzeci de ani. Pe măsură ce se înalţă, activează chakrele prin care trece. Orice afacere neterminată şi rezidentă în chakrele joase îşi va face cunoscute prezenţa în timpul premenopauzei şi menopauzei. Femeile care au avut o plăcere sexuală limitată au blocat energia kundalini sau nu au folosit sucul sexual, pot manifesta momente de înfierbântare. Energia creatoare nefolosită sau conflictele creatoare pot, de asemenea, să fie exprimate ca momente de fierbinţeală.

La o femeie mai tânără de patruzeci de ani, problemele cu durerile menstruale şi efectele premenstruale sunt indicatori clasici că aceasta este în conflict cu identitatea ei ca femeie, cu rolul ei în trib şi aşteptările tribului de la ea. Cele mai multe probleme legate de sângerare şi menstre neregulate vin deseori din prea mult stres emoţional combinat cu credinţa că nimeni nu are

putere asupra alegerilor în viaţă, că acestea sunt controlate de alţii. Sângerările anormale sunt deseori exacerbate când o femeie interiorizează semnale confuze de la familie sau societate despre propria ei plăcere sexuală sau despre propriile nevoi sexuale. De exemplu, o femeie poate dori să aibă plăcere sexuală, dar să se simtă vinovată pentru acest lucru sau să fie incapabilă să ceară asta pentru ea. Ar putea chiar să nu fie conştientă de acest conflict interior.

Problemele legate de trompele uterine sau de fertilitate sunt centrate în jurul „copilului interior" dintr-o femeie, în timp ce trompele sunt reprezentative pentru rănile nevindecate din copilărie şi pentru energia nefolosită. Ovulele pot fi blocate pentru că fiinţa interioară nu este suficient de „bătrână" sau hrănită, ori suficient de matură sau suficient de vindecată pentru a se simţi fertilă. Acest tipar energetic poate sublinia probleme legate de trompe. O parte dintr-o femeie poate rămâne în prepubertate datorită indeciziilor sale inconştiente, indecizii cu privire la a fi gata să producă viaţă dacă, la un anume nivel ea însăşi nu „a ieşit din găoace".

Energiile kundalini sunt energii contrare psihicului şi corpului. Ele se răsucesc în jurul coloanei vertebrale, de la bază, lie la prima chakră, până la coroana capului, urmând şi spimifindu-se în jurul tuturor celor şapte chakre. Kimdalini Yoga predă moduri în care putem stăpâni această energie şi aduce o experienţă kundalini, o stare extatică, a unui extaz spiritual ni ins prin disciplinarea energiei sexuale. Mai

degrabă decât să permită eliberarea normală de energie sexuală printr-un orgasm fizic, practica spirituală kundalini conduce energia sexuală să se înalţe prin coloana vertebrală şi să sfârşească printr-o uniune spirituală cu Divinul. Se spune despre mulţi mistici că au atins stări alterate de conştiinţă în timpul momentelor de adâncă meditaţie care includeau şi o eliberare orgasmică.

Erotismul sexual produce în mod normal un orgasm şi eliberarea acestei energii este esenţială pentru sănătatea fizică, mentală şi psihică. Orgasmul este o cale – cu siguranţă una din cele mai plăcute – de a elibera reziduurile energetice pe care le colectăm prin contactul obişnuit. Exerciţiul, practica şi creativitatea sune alte căi binecunoscute de eliberare. Totuşi, când o persoană nu are o eliberare, această energie se retrage în sistem şi, fără o coordonare conştientă poate produce reacţii care să atingă extremele depresiei sau ale violenţei. Cu toate acestea, apar experienţe kundalini spontane.

Odată demult aş fi luat în batjocură ideea că o uniune sexuală duce la o uniune spirituală. Dar adevărurile profunde conţinute în învăţăturile kundalini şi în cele tantrice sunt evidente în următoarea poveste.

Am întâlnit-o pe Linda cu câţiva ani în urmă în casa unei prietene comune. Pentru că aveam dureri premenstruale am întrebat-o pe Linda dacă avea o aspirină, comentând în mod obişnuit „Ştii cum e”. Ea a răspuns: „Nu, nu ştiu. Nu am avut ciclu niciodată”.

Văzându-mi faţa exprimând neîncrederea, a

spus: „Nu glumesc. Poţi să mă citeşti, dacă vrei”. Şi asta am şi făcut.

Am receptat imediat impresia că Linda avusese o histerectomie, dar această impresie era extrem de specială pentru că tot vedeam imaginea unui copil care avea o operaţie. În acelaşi timp am primit o altă informaţie legată de o intensă energie sexuală care curgea foarte sănătos prin chakra a doua, imagine care poate fi găsită în energia unei femei care nu mai are organe sexuale doar extrem de rar. I-am împărtăşit impresiile mele şi i-am mărturisit că eram confuză.

Linda, zâmbind mi-a confirmat că, într-adevăr, avusese o histerectomie. Restul imaginilor aveau sens, m-a asigurat ea, spunându-mi în continuare povestea ei.

Linda şi soţul ei, Steve, se iubeau din liceu, prin anii ’60. Pe-atunci era încă foarte rar ca tinerii să se apropie sexual unul de altul. Linda admitea că s-a temut de momentul în care relaţia ei cu Steve urma să devină sexuală pentru că la vârsta de şaisprezece ani fusese diagnosticată având organe sexuale nedezvoltate (ceea ce explica de ce primisem eu imaginea de copil). Un ciclu menstrual normal era imposibil pentru ea, iar o sarcină nici atât. Linda era stânjenită de condiţia ei şi a păstrat secretul faţă de Steve, pentru că dacă el ar fi aflat că nu poate avea copii, se temea că nu s-ar mai fi căsătorit cu ea, pentru că nu era o femeie normală. Putea chiar să nu o mai găsească atrăgătoare. Nu ştia dacă putea să aibă relaţii sexuale cu un bărbat, dar îşi dorea foarte mult să se căsătorească cu Steve.

În liceu Linda se îndrăgostise de dulcimer, un instrument popular american. Drept cadou la absolvire, Steve i-a construit un dulcimer şi i l-a dat în seara în care au absolvit. În acea noapte Linda şi Steve au făcut dragoste. Nu i-a spus secretul fiind înspăimântată de faptul că el ar fi putut descoperi că ceva nu era în regulă cu ea, o anormalitate în actual sexual, care era şi primul pentru ea.

În timp ce făceau dragoste, Linda a început să respire cu greutate, nu atât din pasiune, cât din frică. A repetat o rugăciune în minte, cerându-l lui Dumnezeu să o lase să fie împreună cu Steve pentru tot restul vieţii. În mijlocul acestei combinaţii de fervoare spirituală şi iubire sexuală, Linda a simţit o energie care s-a mişcat cu viteză din corpul ei în corpul lui Steve. A făcut-o să se simtă ca şi cum ea şi Steve deveniseră un singur sistem de energie. În acel moment a fost convinsă că se vor căsători, chiar şi dacă ea nu putea face copii.

Cu toate acestea, la numai o săptămână de la acea noapte a absolvirii, Steve a anunţat că voia să plece pentru o vreme, singur. Anunţul său atât de neaşteptat, cuplat cu noua intimitate fizică, au convins-o pe Linda că el pleca pentru că ceva nu era în regulă cu ea din punct de vedere sexual. S-a gândit că el se decisese să nu fie cu ea, şi plecarea din oraş era un fel de a-i spune asta. S-au despărţit.

Patru ani mai târziu, fiecare dintre ei s-au căsătorit. În mod curios, amândoi s-au căsătorit în aceeaşi lună. În timp ce Linda intenţiona să ofere

căsătoriei sale toate şansele, totuşi, nu încetase să-l iubească pe Steve. De fapt, până se căsătorise nici nu-i mai păsa de incapacitatea ei de a face copii sau de a avea o viaţă sexuală normală. După un an şi jumătate de la căsătoria sa, Linda a făcut o operaţie de histerectomie pentru că existau semne că acolo creştea ceva.

Odată cu căsătoriile lor, amândoi, atât Linda cât şi Steve s-au mutat în oraşe departe de oraşul lor natal. Amândouă căsătoriile au durat cinci ani şi oricât de necrezut poate părea, Linda şi Steve au divorţat unul după altul la interval de o săptămână. Amândoi s-au întors să trăiască în oraşul natal în aceeaşi lună. Nu mai comunicaseră deloc de-a lungul acestor ani şi nici nu avuseseră contact cu prieteni comuni.

După ce s-au mutat în oraşul natal, Linda a devenit strâmtorată financiar, atât de mult încât a trebuit să-şi amaneteze toate bunurile, inclusiv dulcimerul, ultima ei legătură cu Steve. Două ore după ce Linda părăsea amanetul, Steve a intrat să-şi amaneteze ceva bijuterii. I-a sărit în ochi dulcimerul. „De cât timp este dulcimerul ăsta aici?” a întrebat. Când i s-a spus că vânzătoarea de-abia plecase din magazin, a plecat să o caute, cu dulcimerul în mână. În acea seară Linda şi Steve au fost reuniţi, şi niciodată n-au mai fost despărţiţi. Când a văzut dulcimerul pe care îl făcuse cu mâna lui, amintirea ei l-a umplut instantaneu, simţindu-şi corpul inundat cu iubire. Ştia că probabil era într-o disperată situaţie financiară pentru că nu şi-ar fi amanetat altfel dulcimerul.

În aceeaşi noapte Linda i-a spus despre starea sănătăţii sale, inclusiv despre ceea ce crezuse ea, că el o părăsise pentru că nu putea să fie o fiinţă sexuală completă. Steve i-a mărturisit că motivul pentru care plecase fusese că, în noaptea aceea a absolvirii, în timp ce făceau dragoste, el simţise o energie care a intrat cu putere în corpul lui, ceea ce nu experimentase niciodată înainte. A simţit că întreaga lui fiinţă se unea cu a ei pentru totdeauna, şi în acel moment sentimentul fusese euforic. Dar, după ce s-a gândit la asta câteva zile mai târziu, senzaţia l-a speriat şi tot ceea ce a putut gândi a fost să fugă. Linda rămăsese cu gura căscată.

Tot în seara aceea, Steve şi Linda s-au hotărât să se căsătorească şi asta chiar într-o săptămână. În timp ce făceau dragoste în noaptea reuniunii lor, aceeaşi energie s-a întors şi amândoi au fost conştienţi de ea. Credeau că această energie era mai mult din plăcerea lor de a fi împreună din nou, dar, pe măsură ce viaţa sexuală a continuat în mod regulat, energia creştea. Steve a citit despre kundalini şi i-a prezentat Lindei practica folosirii conştiente a acelei energii puternice, atât pentru plăceri fizice, cât şi pentru cele spirituale. Povestea lui Steve şi a Lindei explică impresiile mele de energie sănătoasă prin chakra a doua, cu toată histerectomia ei.

Uniunea sexuală, pentru toate plăcerile sale fizice, simbolizează, de asemenea, o uniune spirituală a doi oameni. Ar putea fi acea energie sexuală care deschide un curent de energie spirituală ce formează o legătură transcendentă

între doi oameni care se iubesc foarte mult. Aceasta a permis Lindei şi lui Steve să atingă acea stare de conştiinţă descrisă drept ridicarea lui kundalini, o expresie totală a puterii unite a Sefirotului Yesod, a Tainei Comuniunii şi a chakrei a doua, sau Chakra Parteneriatului.

Nevoia de a ne strădui să ne cinstim unii pe alţii este uşor şi deseori eclipsată de situaţii sexuale, îndeosebi datorită faptului că energia sexuală este frecvent controlată de frică sau de dorinţe de neînfrânat. Bărbaţilor le este frică să nu fie impotenţi sau să nu fie suficient de masculini, totuşi, triburile permit băieţilor să acţioneze sexual fără a se controla până când ating o anume maturitate. În acel punct capacitatea lor de a acţiona sexual responsabil este de aşteptat să apară automat. O percepţie comună tribală este că tinerii bărbaţi trebuie să-şi facă de cap înainte de a se stabili la casa lor, astfel scoţând promiscuitatea masculină în afara condamnării sau a înregistrării în contul lor. Până la urmă, nevoile biologice îi controlează.

Femeilor nu le este dată aceeaşi „licenţă” să exploreze natura lor sexuală, deşi mişcarea de eliberare a femeii există de mai bine de trei decenii. Încă li se cere femeilor să aibă grijă şi să controleze energia lor sexuală, în timp ce bărbaţii se bucură în continuare de „licenţă”. Multe femei sunt determinate să se teamă de pierderea controlului sau chiar să se gândească la ele ca fiinţe sexuale. Una din participantele la cursurile mele descria cum mama ei o făcea mereu să se simtă „murdară” ori de câte ori se îmbrăca să iasă

la plimbare cu prietenii. Insinuările sexuale ale mamei sale au făcut-o să simtă că atragerea atenţiei unui bărbat era echivalentă cu prostituţia. Invazia emoţională a mamei era o violare a energiei fiicei.

Înţelegerea energiei sexuale ca fiind necesară, dar întotdeauna „potenţial de necontrolat”, contribuie enorm la atitudinea tribală schizofrenică faţă de exprimarea sexuală a societăţii noastre. Aceasta încurajează femeile să arate sexy, să se poarte sexy, să se îmbrace sexy, în consecinţă, dacă sunt atacate, mintea socială nu se simte confortabil să blameze violatorul, bătăuşul sau criminalul. Femeile care au fost violate sunt în continuare atent observate pentru ceea ce poartă şi pentru viaţa sexuală personală.

Femeile care sunt bătute sau violate de prietenii lor sau de soţii lor sunt sprijinite de grupuri organizate special pentru protecţia acestora, dar care nu sunt parte din societate ca întreg. Mintea socială încă pune întrebări femeilor violate sau abuzate de genul: „Dacă este cu adevărat rău, de ce nu l-ai părăsit?” – implicând că aceste atacuri sunt probleme de rezolvat prin terapie, şi nu sunt suficient de serioase pentru acţiuni legale. Violatorii minori primesc comunicate de la atitudinea tribală precum că violările sexuale sunt ceva oarecum ilegal, privite în comparaţie cu atrocităţile sociale.

Dualismul energiilor Chakrei Doi determină, în perspectiva socială despre energia sexuală, faptul că este, pe de o parte în afara controlului şi pe de altă parte, că autocontrolul are o valoare

mare. Vedem sexualitatea ca pe o continuă ameninţare la capacitatea de a ne conduce pe noi înşine sau de a-i controla pe alţii. Relaţiile de orice tip aduc frici extreme, în special frica de a fi trădaţi, o frică atât de puternică încât poate ameninţa o relaţie intimă.

Perspectivele culturale asupra sexualităţii sunt diferite în societăţi diferite. Istoria puritană a culturii americane combinată cu valoarea pe care o punem în controlul sexual, contribuie substanţial la răspândirea ruşinii pe care oamenii o simt faţă de corpurile lor şi faţă de natura lor sexuală. În multe din seminariile pe care le conduc, există participanţi care împărtăşesc poveştile personale despre viaţa lor sexuală neîmplinită cel puţin la fel de mulţi ca acei care vin la seminalii pentru a-şi îmbunătăţi starea sănătăţii. Mulţi povestesc că au trăit cu un partener mai mulţi ani, uneori chiar zeci de ani, şi cu toate acestea nu au avut nici măcar o conversaţie despre nevoile sexuale personale. Motivele pentru care nu s-a întâmplat aceasta sunt toate variaţiuni pe acelaşi sentiment, de la fuga de a fi puşi într-o situaţie jenantă, până la o lipsă de înţelegere despre ce anume înseamnă să ai nevoi sexuale personale.

Această ruşine sexuală, atât de des întâlnită în mintea noastră tribală, contribuie la nevoia societăţii americane de a genera reguli care să stabilească ceea ce este potrivit şi nepotrivit în comportamentul sexual – acesta fiind un alt paradox al Chakrei Doi. De vreme ce energia naturală a chakrei se mută dinspre „sine” către „altul”, frica ei caracteristică produce o nevoie de

a controla comportamentul sexual. Astfel, tribul aprobă cuplurile căsătorite şi monogame şi încearcă să arunce ruşinea asupra celorlalţi. Unele state consideră că anumite tipuri de comportament sexual sunt chiar infracţionale, mai degrabă decât nepotrivite, indiferent dacă sexualitatea este un act consimţit voluntar de adulţi. În mod special, această condamnare legală este îndreptată către homosexuali.

Ruşinea faţă de sexualitate se transformă în ruşinea faţă de bolile sexuale, cum ar fi sifilisul, herpesul şi SIDA. Inevitabil, persoanele având o boală transmisibilă sexual se simt obligate să ofere un profil al istoricului lor sexual, pentru a preveni deducţia că acea boală a fost luată cu ocazia unor întâlniri sexuale la întâmplare.

Violările sexuale – violul, incestul şi molestarea copiilor mai mult decât violările fizice – sunt de asemenea violări energetice. Cineva poate viola câmpul energetic al altei persoane printr-un abuz verbal sau prin atitudini distructive care atacă puterea acelei persoane. Bill, un participant la seminar, a avut o relaţie cu tatăl său care exemplifică violarea emoţională sau violul prin atitudine.

Pe măsură ce creştea, tatăl lui Bill s-a purtat cu el mereu într-un fel în care îl făcea să se simtă mic, îl umilea, spunându-i că „niciodată el nu va conta în viaţă”. Bill a petrecut ani încercând să dovedească tatălui său că greşea, dar niciodată nu reuşise. Când a murit tatăl său, fără să fi retras vreodată vreuna din condamnările sale, Bill a fost paralizat emoţional. Suferea de o depresie

cronică, nu putea să-şi păstreze un serviciu şi era impotent. Deşi tatăl său a derogat potenţa fiului său în lumea materială, nu în sexualitate, cele două, productivitatea financiară şi sexuală sunt ambele energii adânc legate de energiile Chakrei Doi.

Violul şi incestul unui câmp energetic sunt motivate de dorinţa de a răni capacitatea unei persoane de a fi independentă şi de a se strădui să iasă de sub controlul altei persoane. Organele sexuale stochează daunele provocate de aceste convingeri şi acţiuni negative. Numeroşi oameni care suferă de probleme sexuale, de la impotenţă la infertilitate şi cancerul organelor de reproducere, îşi amintesc că au fost criticaţi constant în legătură cu abilităţile lor profesionale, ambiţiile şi realizările lor, cât şi despre felul cum arată. Ceea ce s-a întâmplat a fost că părinţii lor i-au „violat”, sfâşiindu-le puterea personală de care aveau nevoie pentru sănătate şi succes.

Violările energetice de acest tip pot fi chiar mai des întâlnite decât cele ale violului fizic şi incestului. Când violul şi incestul sunt definite în limbajul energiei drept violări ale energiei, bărbaţi şi femei în număr egal admit că au fost violaţi. Când întreb la seminalii „câţi dintre voi aţi simţit vreodată că demnitatea sau stima de sine v-au fost violate în munca voastră sau în mediul în care trăiţi?” aproape toată lumea ridică mâna.

Când întreb „câţi dintre voi sunteţi sau aţi fost violatori energetici?” răspunsul este, deloc surprinzător, puţin mai restrâns. Totuşi, când talentele fizice ale altei persoane ne intimidează,

ceea ce ne determină ori să avem atitudini negative faţă de acea persoană, ori să ne angajăm într-o luptă verbală, atunci, de fapt, încercăm să violăm acea persoană, să o deposedăm de puterea ei. Corpurile fizice păstrează intenţiile noastre negative în organele noastre sexuale; actele de viol energetic rănesc violatorul la fel cum rănesc şi victima.

Violarea altor oameni otrăveşte sistemul energetic al violatorului şi astfel contaminează sistemul biologic al violatorului. Violările energetice au o calitate karmică de justiţie inerentă care transcende justiţia fizică – deşi oamenii par să scape cu acest comportament criminal, în special în incidente de genul violului sau incestului, justiţia este făcută întotdeauna la nivel energetic, fie că cineva vede aceasta sau nu. Pentru acest motiv, învăţăturile spirituale pun accentul pe iertare şi încurajează oamenii să-şi vadă mai departe de viaţa lor. Spiritual este înţeles că Ordinea Divină este o forţă care lucrează constant pentru a aduce echilibrul în vieţile noastre, o forţă care este sporită atunci când ne putem elibera de nevoia noastră de a stabili dreptatea. Fie că suntem sau nu martorii desfăşurării procesului de justiţie este irelevant, şi acesta este un adevăr spiritual pe care deseori îl găsim greu de digerat.

Sexualitatea este o formă de schimb şi, în anumite circumstanţe, o monedă de schimb. Mulţi oameni folosesc sexul ca modalitate de a finaliza, numai pentru a se descoperi pe ei înşişi în postura de victime ale violului atunci când eforturile lor de

a manipula pe altcineva eşuează. O persoană care foloseşte sexul pentru a obţine o slujbă sau pentru a se apropia de o persoană influentă, riscă să creeze o situaţie în care altcineva se va simţi folosit. Totuşi, dacă sexul este folosit pentru ceea ce o persoană ar numi un „schimb corect”, atunci vibraţia energetică a violului lipseşte din corp.

Cea mai veche formă de plată sexuală este, desigur, prostituţia, cel mai secătuitor act din punct de vedere al puterii personale în care poate participa un om. Prostituarea propriei energii, într-o formă de violare mult mai obişnuită decât prostituţia fizică, se păstrează, pentru nenumărate femei şi pentru nenumăraţi bărbaţi, în situaţii care reprezintă securitatea fizică în timp ce au sentimentul că vând o parte din ei în acest proces.

Energia banilor în cadrul vieţii oricărui psihic trăieşte un element al prostituţiei – o parte din noi care ar putea să fie comandată de o sumă potrivită de bani. Fie că prostituata din noi iese la suprafaţă în afaceri sau în relaţiile personale, până la urmă tot o vom întâlni.

Banii, ca energie, sunt o substanţă neutră care merge în orice direcţie o îndreaptă intenţia individului. Un aspect şi mai fascinant al banilor este faptul că se pot infiltra în psihicul uman ca un substitut pentru forţa de viaţă. Când oamenii pun pe picior de egalitate banii şi forţa lor de viaţă – deseori o substituţie inconştientă – consecinţele sunt de obicei negative, pentru că fiecare dolar pe care îl cheltuie o persoană este de asemenea o cheltuială inconştientă de energie. O lipsă de bani se traduce printr-o lipsă de energie în corpul

însuşi, din nou, inconştient.

O interpretare greşită de percepţie a banilor drept forţă de viaţă, cuplată cu o pierdere bruscă de bani, poate activa oricare din următoarele boli: cancer de prostată, impotenţă, endometrite, probleme ovariene, dureri de spate în regiunea lombară şi sciatică. Faptul că atât de multe probleme fizice create de stresul financiar se manifestă în organele sexuale este o exprimare simbolică a energiei falusului, reprezentată de Sefirotul Yesod: banii au fost puşi pe picior de egalitate cu forţa sexuală. Până la un anume punct, noi toţi unim banii şi forţa de viaţă în mintea noastră. Examenul constă în a dobândi, dacă putem, o relaţie cu banii în care aceştia să fie separaţi de forţa noastră de viaţă şi totuşi să fie atraşi în energia noastră cu uşurinţă şi în mod natural. Cu cât avem o relaţie mai impersonală cu banii, cu atât este mai probabil să putem comanda energiei lor în viaţa noastră pe măsură ce avem nevoie de ea.

Nu este de negat faptul că banii au pătruns în lumea simbolică sau energetică. Expresii de genul: „pune-ţi banii acolo unde îţi este gura” şi „vorba e ieftină, banii vorbesc” se referă la un punct de vedere cultural despre faptul că, ceea ce fac oamenii cu banii lor spune mai mult despre motivele lor decât orice altă intenţie rostită. Banii sunt uneltele prin care ne facem publice convingerile noastre personale şi ţelurile noastre. Energia precede acţiunea, iar calitatea intenţiilor noastre contribuie substanţial la rezultate. Credinţele că banii afectează atitudinile spirituale

şi practicile, de asemenea. Credinţa că Dumnezeu binecuvântează pe aceia care se străduiesc să facă bine dăruindu-le premii financiare este foarte des întâlnită, ca şi credinţa că ajutându-i pe alţii financiar prin acte de caritate ne ajută să ne asigurăm că noi înşine vom fi protejaţi de sărăcie. Acestea şi multe alte credinţe de acelaşi fel reflectă noţiunea mai largă precum că Dumnezeu comunică cu noi prin banii noştri şi, invers, că noi comunicăm cu Dumnezeu prin intermediul acţiunilor noastre financiare. Fie că aceste atitudini se bazează pe mitologie ori pe adevăr este irelevant. Noi credem în aceste zicale sociale mai mult decât în necredinţa în ele, şi numai de la faptul în sine, ar trebui să înţelegem că am legat banii de credinţă. Cea mai înţeleaptă relaţie pe care o putem avea cu banii este să îi vedem ca pe o substanţă pe care credinţa o poate atrage în viaţa noastră.

Punând credinţa înaintea banilor aceasta reduce banii de la statutul lor de conducător la acela de servant, care este o poziţie mult mai potrivită. Credinţa care transcende banii eliberează persoana şi devine capabilă de a-şi urmări călăuzirea intuitivă fără să dea o autoritate inutilă grijilor financiare. Evident, atâta vreme cât suntem parte din lumea fizică, trebuie să onorăm codurile datoriilor şi plăţilor şi să ne asumăm o relaţie de bun simţ cu banii, dar banii nu merită mai multă atenţie din partea noastră decât aceasta.

Chiar începutul de a stabili o asemenea credinţă este un semn al maturizării spirituale. O

persoană matură spiritual poate acţiona conform călăuzirii, ceea ce va şoca o persoană motivată financiar, aceasta considerând totul o prostie sau foarte riscant. În multe mituri spirituale cerurile iau legătură cu persoana care are credinţă şi apoi conduce acea persoană oferindu-i zilnic „mana cerurilor”, astfel ca ea să-şi poată împlini sarcina dată. Asemenea mituri conţin foarte mult din înţelesul simbolic al Sefirotului Yesod. Parte din această mană cerească include energia financiară. Nicăieri în literatura spirituală, după câte ştiu eu, nu este înregistrată vreo situaţie în care o persoană să regrete că a urmat călăuzirea Divină.

Andrew, douăzeci şi şapte de ani, m-a contactat pentru o evaluare din cauza unui vis care i se tot repeta şi pentru a cărui interpretare avea nevoie de ajutor. În visul lui, Andrew se muta într-un oraş din Montana. Avea o slujbă, n-avea casă şi nici prieteni sau alte cunoştinţe acolo, de vreme ce nici nu fusese vreodată în Montana. A încercat să alunge acest vis, ca şi cum ar fi fost o scenă dintr-un film care rămăsese legată la inconştientul lui. Dar, treptat, visul a început să-i creeze senzaţia că singurul motiv pentru care rămânea în serviciul lui actual era beneficiul material. M-a întrebat ce credeam eu că însemna visul, aşa că i-am răspuns: „Eu m-aş gândi cu seriozitate să mă mut în Montana”.

Andrew a spus că nu fusese niciodată acolo şi că nici nu îşi dorea. Poate că ar fi fost bine să facă o excursie în Montana doar să vadă ce simţea faţă de locul acela, am continuat eu, iar el a spus că se va gândi la asta şi mă va anunţa.

După aproximativ şase luni am primit veşti de la Andrew. Visul continua, numai că senzaţia despre beneficiile financiare îl făcea pe Andrew să se simtă ca o prostituată. Se gândea la el însuşi ca fiind un om de onoare, şi când visul acesta îi sugera că îşi compromisese onoarea, îi era dificil să parcurgă ziua următoare. L-am încurajat din nou să viziteze Montana, numai că de data asta i-am spus să facă această excursie cât mai curând posibil. A răspuns că se va gândi serios la asta.

În următoarea dimineaţă m-a sunat să-mi spună că a renunţat la slujba sa. Când intrase în birou în acea dimineaţă îl copleşise o anume emoţie şi pur şi simplu a trebuit să acţioneze astfel. Când a anunţat că se mută în Montana, asociaţii săi şi-au imaginat că probabil avea nişte avantaje mari acolo. Le-a spus că nu numai că nu avea un serviciu sau vreo promisiune, dar, de fapt, nu făcea altceva decât să urmeze un vis.

La o lună după demisia sa, Andrew s-a mutat în Montana. A închiriat o cameră în casa unor oameni care aveau o fermă. Aveau şi nevoie de ceva ajutor cu ferma, aşa că l-au angajat. Un lucru conducea către altul, şi, pe măsură ce lunile treceau, Andrew a început să lucreze mai mult cu mâinile decât cu capul, ceea ce era o experienţă nouă pentru el. Când a venit vremea sărbătorilor de iarnă, Andrew s-a hotărât să rămână cu noii săi prieteni mai degrabă decât să se întoarcă în est. Fermierii aveau o fată, care a venit să-i viziteze de Crăciun. Vara următoare, Andrew s-a căsătorit cu fiica lor, şi în următorii cinci ani învăţase cum să conducă ferma pe care el şi soţia lui urmau să o

moştenească.

Urmându-şi visul, Andrew s-a declarat un om liber, fie că a înţeles acest lucru sau nu. Acţiunile sale au fost afirmaţii în faţa cerului că era mult mai important pentru el să dea piept cu necunoscutul decât să îşi compromită onoarea doar de dragul unei stabilităţi financiare. În schimb, a primit chiar mai mult decât visase vreodată.

Cu atât de multe mesaje negative sexuale care fac parte din cultura noastră nu este uşor să dezvoltăm o viaţă sexuală sănătoasă, aşa cum este ilustrat în următorul caz.

Allen, douăzeci şi opt de ani, m-a căutat pentru o evaluare, spunând că îi era frică de femei şi avea nevoie să înţeleagă de ce. Am recunoscut în el impotenţa şi am primit impresii foarte puternice că Allen se vedea pe sine ca pe un pervers sexual. Totuşi nu am primit senzaţia că molestase cu adevărat pe cineva. Nici nu avea energia unei persoane care ar fi putut fi molestată în copilărie, aşa că eram confuză de aceste imagini, în timpul conversaţiei noastre i-am împărtăşit impresiile mele şi l-am întrebat de ce credea despre sine că era un pervers sexual. Mi-a spus atunci că în adolescenţă participase împreună cu un grup de băieţi la o „porcărie în cerc” cum a numit-o el, o masturbare în grup.

A apărut pe neaşteptate mama unuia din băieţi şi a ţipat făcându-i pe toţi perverşi, spunându-le că ar trebui să le fie ruşine de ei înşişi. A telefonat tuturor celorlalte mame spunându-le despre incidentul cu pricina şi a

telefonat şi directorului şcolii, adăugând că aceşti băieţi nu mai puteau fi de încredere să umble alături de fete şi copii mai mici în acel oraş. Bârfa s-a întins repede în oraş şi pentru restul anilor de liceu toţi băieţii au fost ocoliţi social. Imediat ce a terminat liceul, Allen s-a mutat de-acolo, dar, până atunci crezuse despre el că era un dezaxat, un pervers.

Allen a recunoscut că era impotent şi apoi a spus că nu avusese nicio întâlnire până atunci. Am remarcat că aceste „porcării în cerc" erau foarte obişnuite, atât de obişnuite încât acest lucru putea fi considerat ca un fel de ritual de trecere prin adolescenţă. „Nu cred asta" a replicat Allen. Am căzut de acord că ar trebui să caute consiliere pentru a rezolva problema şi că ar trebui să înveţe că această experienţă nu era o dovadă a perversiunii sexuale.

După un an am primit o scrisoare de la Allen, împărtăşindu-mi progresul lui în terapie. Mi-a scris că începuse să se simtă normal din punct de vedere social, ceea ce pentru el era o senzaţie nouă. Începuse o relaţie cu o femeie cu care se simţea destul de în largul lui, astfel încât i-a putut spune despre experienţa sa traumatizantă. Ea a răspuns cu compasiune şi nu a simţit o respingere faţă de situaţie. Allen era optimist şi spera să se vindece complet. Energiile Chakrei Doi i-au adus în mod subtil amintiri care trebuiau eliberate, ceea ce, de obicei şi în mod constant ni se prezintă drept dorinţa de a fi mai împliniţi în trup şi spirit.

Energia etică

Chakra Doi este centrul etic al corpului. În

timp ce legile sunt conectate cu Chakra Unu, etica personală şi morala rezidă în a doua chakră. Energia Sefirotului Yesod şi a Tainei Comuniunii ne influenţează spiritual să avem un puternic cod personal al eticii, atrăgându-ne într-o relaţie de unu la unu şi alertându-ne intuitiv asupra pericolelor de a ne trăda codul onoarei.

Organele celei de-a doua chakre „înregistrează” toate interacţiunile noastre în care „ne dăm cuvântul” altor oameni, facem promisiuni şi ne angajăm faţă de ei sau le acceptăm promisiunile. Un cod personal puternic al eticii radiază o calitate perceptibilă a energiei. Această parte a biologiei noastre înregistrează şi promisiunile pe care ni le-am făcut nouă înşine, cum ar fi bilanţul de anul nou sau alte decizii de a ne schimba anumite comportamente în viaţă.

Ordinea fizică de care răspunde prima chakră ne face să ne simţim în siguranţă, iar legile ei ne fac să simţim că există un control în mediul ce ne înconjoară. Etica şi morala chakrei a doua ne oferă un limbaj prin care putem comunica ce acceptăm şi ce nu acceptăm în relaţiile interumane. Etica are o putere enormă în crearea legăturilor: căutăm compania acelor oameni care au acelaşi sens al binelui şi răului ca şi noi; când oamenii deviază de la caracterul lor moral, deseori îi descalificăm din poziţia de parteneri intimi. De asemenea, vrem ca dumnezeul nostru să fie un dumnezeu ordonat şi încercăm mereu să spargem codul Divin al binelui şi răului şi al răsplăţii şi pedepsei, încercând să înţelegem raţional de ce „lucrurile rele se întâmplă oamenilor buni”. Ne

liniştim crezând că dacă justiţia umană eşuează, justiţia Divină va avea grijă ca fiecare să primească „ceea ce merită”.

Deoarece Chakra Doi ancorează toate fricile noastre legate de supravieţuire, am construit un sistem legal exterior care să menţină un anume fair play, care este crucial stării noastre de bine. Folosind puterea legală sau chiar folosind un vocabular legal, aceasta ne oferă o valvă de eliberare a presiunii de toate felurile care se adună în Chakra Doi. Sistemul legal, cel puţin în teorie, este un mod de a determina vina şi violările punitive, deseori verdictul „nevinovat” este privit ca o problemă de onoare, iar răsplata financiară pe care o primeşte victima reprezintă reparaţia unei părţi a demnităţii sale personale. Această dinamică este versiunea socială a adevărului sacru *Cinstiţi-vă unii pe alţii*.

Nevoia de dreptate, de lege şi ordine este resimţită în biologia noastră, unde observăm legile fizice ale sănătăţii, cum ar fi exerciţiul fizic, nutriţia corectă, controlarea conştientă a stresului şi o măsură a ordinii şi a consecvenţei. Aceste legi semnalizează fiziologiei noastre că suntem în siguranţă din punct de vedere fizic şi că putem avea încredere în mediul înconjurător. Prin contrast, instabilitatea menţine adrenalina într-o curgere puternică, iar mecanismul „luptă sau fugi” în continuă alertă. Corpul fizic nu poate îndura un stres prelungit fără a produce răspunsuri biologice negative. Ulcerele şi migrenele sunt doi din indicatorii faptului că haosul din viaţa cuiva a devenit de nesuportat.

Paul, patruzeci şi doi de ani, este un avocat care m-a căutat pentru o evaluare deoarece îl doborâse stresul legat de slujba sa. În timp ce îl evaluam, am primit impresia că o energie toxică încerca să pătrundă în Chakra Doi, ca şi cum cineva sau ceva încerca să-l controleze. Apoi am înţeles că Paul suferea de dureri cronice, de la migrene până la dureri de spate, gât şi umeri.

Când i-am împărtăşit impresiile, Paul le-a confirmat spunând că a trecut prin diverse grade de durere în ultimii zece ani. Încercase terapie, dar nu l-a ajutat. Înghiţea pastile de durere ca pe bomboane, ceea ce explica că ceva încerca să-l controleze: era înspăimântat să nu devină dependent de medicaţia împotriva durerii. Sursa durerii sale, după cum i-am subliniat eu, era constrângerea de a dori ca totul să funcţioneze conform planurilor sale. O parte din această obsesie a controlului era să câştige, indiferent de ce făcea, fie în procese, fie la sporturi sau jocuri pe calculator, fie chiar şi numai să ajungă undeva primul. Era condus de această nevoie de a controla, iar acum că lua medicamente pentru durere, era terminat la gândul că exista posibilitatea să devină el controlat de altceva. Pentru Paul o asemenea evoluţie ar fi însemnat pierderea simţului onoarei. Paul credea că dacă ar fi fost dominat de ceva sau de cineva, nu mai era decât la câţiva centimetri de a-şi compromite integritatea; acesta era codul său personal al onoarei.

I-am sugerat că, de vreme ce era avocat, ar fi putut să-şi redacteze un contract cu sine însuşi

prin care ar fi putut, pas cu pas, să-şi rearanjeze viaţa. Putea să determine această natură onorabilă de a controla totul să lucreze cu el schimbând treptat nevoia de a controla rezultatele. Cu fiecare succes energia generată de acesta ar fi uşurat probabil durerea lui. I-a plăcut ideea, fără îndoială, pentru că putea controla conţinutul contractului. A spus că va redacta un asemenea contract imediat şi îmi va trimite şi mie o copie pe fax, ceea ce a şi făcut a doua zi.

Trei luni mai târziu mi-a trimis un bilet în care îmi spunea că făcuse progrese în vindecare de când se pusese singur sub obligaţia „contractuală” de a se vindeca. Ca o modalitate de a înfrânge dorinţa lui de a învinge, şi-a interzis să facă orice pariuri. A permis constrângerii sale de a învinge să continue în problemele legale, unde era potrivită. Nu îşi dăduse seama că fiecare din toţi cei care îl cunoşteau interpretau nevoia lui de a învinge ca pe o „natură nesuferită, extrem de competitivă”. Durerea lui se vindeca, migrenele deveniseră din ce în ce mai puţin frecvente, iar durerea de spate se îmbunătăţise şi ea până la punctul în care putea din nou să facă exerciţii fizice.

Povestea lui Paul ne prezintă înţelesul simbolic al comuniunii cu şinele; ceea ce înseamnă să fii de acord cu tine însuţi, să te întregeşti şi să te echilibrezi. Atâta vreme cât o parte nu funcţionează, aceasta influenţează negativ restul sistemului tău, iar energia ta va fi golită, împărţită într-o luptă chiar împotriva ei înseşi. Paul a fost capabil să facă un contract de succes cu sine

însuşi şi să se vindece.

Deoarece oamenii sunt, prin natura lor, o specie care caută legea şi ordinea, cădem uşor sub dominaţia celor care proiectează autoritate şi caută să controleze. Instinctul de a ne încrede în oamenii cu care trăim şi muncim este o extensie a energiei *Cinstiţi-vă unii pe alţii*; nu este natural să simţi că trebuie să te uiţi peste umăr atunci când încerci să creezi ceva împreună cu alţii. Totuşi, sunt mulţi care folosesc greşit puterea de a controla mai mult decât puterea de a-i ajuta pe alţii.

În cadrul relaţiilor personale este normal să creezi un set de legi pe care să-l agreeze ambele părţi: fără aventuri extraconjugale, fără jocuri de noroc, fără cumpărături majore fără un consimţământ mutual şi aşa mai departe. Stabilirea regulilor pentru a controla dezvoltarea emoţională, mentală, psihologică sau spirituală a unei alte persoane este distructivă energetic. În general, dacă un cuplu nu poate lărgi setul original al regulilor şi limitele pentru a permite evoluţia personală, relaţia se dezintegrează. Părinţii îi violează uneori spiritual şi emoţional pe copiii lor, impunându-le reguli aspre ea o modalitate de a stabili autoritatea părintească.

Răzbunarea personală este o altă folosire incorectă a energiei Chakrei Doi. Această chakră este centrul auto-apărării noastre şi al armelor, destinate să fie purtate în jurul Chakrei Doi. Cu toate că ziarele de azi sunt pline de reportaje despre oameni care îşi fac dreptate cu gloanţele, mulţi dintre ei acţionează astfel, luând „legea în

mâinile lor”, pentru că aceasta are la bază legi personale, psihologice şi emoţionale ale onoarei, cum ar fi dorinţa de a fi chit cu cineva care i-a rănit. Energia răzbunării este una din cele mai toxice otrăvuri emoţionale pentru sistemul nostru biologic, cauzând disfuncţionalităţi de la impotenţă la cancere în zona genitală.

Puterea personală a Chakrei Doi în timp ce creativitatea, sexualitatea, moralitatea şi banii sunt forme ale energiei sau puterii Chakrei Doi, trebuie discutată şi dorinţa de putere personală. Puterea este o manifestare a forţei de viaţă. Avem nevoie de putere pentru a putea trăi, pentru a ne strădui să reuşim, pentru a funcţiona. Boala, de exemplu, este un tovarăş natural al oamenilor fără putere. Totul în viaţa noastră este, de fapt, legat de această energie numită putere.

La nivelul Chakrei Unu simţim senzaţia unei puteri asemănătoare unui curent electric atunci când suntem cu un grup de oameni cu care avem anumite legături. Entuziasmul fanilor sportului sau al susţinătorilor în competiţiile politice – ceea ce uneşte oamenii în aceeaşi echipă sau pentru aceeaşi cauză – exemplifică acest tip de putere. Cu toate acestea, calitatea puterii din chakra a doua exprimă această energie în forme fizice precum materialismul, autoritatea, controlul, patronajul, magnetismul sexual, senzualitatea, erotismul, dependenţa. Orice formă fizică pe care o poate lua acea putere este conectată energetic cu Chakra Doi. Şi, spre deosebire de natura de grup a puterii din prima chakră, cea de-a doua are o natură de unu la unu. Fiecare dintre noi ca individ avem

nevoia de a explora relaţiile noastre cu puterea fizică. Avem nevoie să învăţăm cum şi unde să controlăm prin puterea externă, şi dacă trebuie, şi să aflăm tipul puterii la care suntem cel mai vulnerabili.

Puterea este forţă de viaţă şi ne naştem ştiind acest lucru, încă de tineri ne testăm pe noi şi capacitatea noastră de a învăţa ce şi cine este puterea de a învăţa, cum să atragem puterea şi cum s-o folosim. Prin exerciţiile din copilărie descoperim dacă avem acel ceva care poate atrage puterea către noi. Dacă avem, începem să visăm cum va fi să obţinem asta ca adulţi. Dacă decidem că nu suntem capabili să atragem forţă de viaţă, începem să trăim într-un tip de a fi „datornici faţă de putere”. Ne imaginăm pe noi înşine supravieţuind numai prin energiile altor oameni, şi nu prin a noastră.

Pentru oamenii care sunt încrezători în capacitatea lor de a atrage puterea, visele obişnuite se transformă în fantezii despre putere. În cele mai rele cazuri ei pot să-şi umple minţile cu amăgiri despre grandoare. Apoi, mintea raţională devine eclipsată de o dorinţă de putere care extinde parametrii comportamentului acceptabil până la a include orice şi toate instrumentele pentru a duce la îndeplinire acest lucru. Apetitul pentru putere poate deveni o dependenţă care se pune la încercare cu voinţa lui Dumnezeu. Lupta pentru putere doar de dragul puterii este subiectul multor scripturi şi mituri ale oamenilor care sunt, în final, supuşi de tiparul Divin.

Pentru noi toţi această încercare nu trebuie să devină „celibatul puterii”, ci trebuie să dobândim suficientă tărie interioară pentru a interacţiona confortabil cu puterea fizică fără a elimina spiritele noastre. Aceasta este ceea ce înseamnă „să fii în lume, dar nu din ea”. Suntem fascinaţi de oameni care sunt imuni la seducţiile lumii fizice; ei devin eroii noştri sociali şi spirituali.

Ghandi avea un raport curat cu puterea. Dorinţa lui de a îmbunătăţi viaţa oamenilor din India avea motivaţii mai mult transpersonale decât personale. În viaţa sa personală, ca să fie sigur, a suferit multe probleme legate de putere, în special în legătură cu sexul. Dar suferinţele sale personale au adus chiar mai multă credibilitate realizărilor sale globale: şi-a recunoscut propriile imperfecţiuni şi în mod conştient a încercat să îşi separe slăbiciunea de munca lui socială pe care încerca să o folosească pentru a evolua spiritual.

Personajul din filmul Forrest Gump a câştigat milioane de inimi în mod special pentru că avea un comportament etic faţă de puterea din lumea fizică. În mod curios, Gump nu era în mod făţiş o persoană spirituală şi nici nu respingea sexul, puterea sau banii. Mai degrabă el obţinea tot ceea ce reprezintă ţelurile Chakrei Doi prin inocenţa sa şi prin impenetrabilitatea lui la contaminarea cu „afacerea” vieţii. Nu şi-a negociat niciodată spiritul, indiferent de frica sa ori de singurătate.

În timpul seminariilor, când cer participanţilor să descrie relaţia lor cu puterea, atmosfera din sală se schimbă dramatic.

Tensiunea mă determină să merg mai departe cu această întrebare. Mulţi îşi schimbă poziţia în scaun pentru a-şi astupa Chakra Doi. Îşi pun picior peste picior, de exemplu, sau se lasă în faţă, punându-şi coatele peste coapse, sprijinindu-şi capul în mâini. Mă privesc ca şi cum mi-ar spune: „hei, ce întrebare interesantă, dar nu veni mai aproape de mine”.

Când oferă răspunsuri, primul refren, invariabil, include descrieri ale puterii ca pe capacitatea de a menţine control asupra mediului înconjurător personal sau ca pe un vehicul pentru a face lucrurile. Al doilea refren descrie puterea ca pe o tărie interioară pentru ca individul să se poată controla pe sine. Cea mai deosebită trăsătură din toate combinaţiile de răspunsuri este că majoritatea defineşte puterea ca şi cum ar avea un obiect, fie că obiectul acela este ceva în lumea exterioară sau în sine. Cu toate că puterea internă este recunoscută ca un ideal, în practică este mai puţin cunoscută decât puterea exterioară, mai întâi pentru că puterea externă este mult mai practică, şi apoi pentru că puterea internă necesită cumva renunţarea la relaţia noastră cu lumea fizică.

În acest punct al evoluţiei noastre, atât ca şi cultură, cât şi ca indivizi, putem recunoaşte că puterea externă sau fizică este necesară sănătăţii. Sănătatea este o consecinţă directă a principiilor spirituale şi a celor terapeutice pe care le absorbim în viaţa zilnică. Atât spiritualitatea contemporană cât şi psihoterapia pun accentul pe faptul că puterea este fundamentală pentru

succesul material şi pentru echilibrul spiritual. Este implicată direct în creaţia lumilor noastre personale, ca şi în sănătatea noastră.

David Chetlahe Paladin (numele lui adevărat) mi-a împărtăşit povestea sa în 1985; a trecut dincolo în 1986. Este o dovadă a potenţialului uman de a dobândi calitatea puterii interne care desfide limitările materiei fizice. Când l-am întâlnit radia o calitate a unei puteri care este foarte rară şi trebuia să aflu cum a obţinut ceea ce atât de mulţi oameni încercau să obţină. David a fost unul din cei mai fini profesori ai mei, o persoană care a atins perfecţiunea adevărului *Cinstiţi-vă pe alţii* şi care a transmis altora energia Sefirotului Yesod şi a Tainei Comuniunii.

David era un indian Navajo care a crescut într-o rezervaţie în timpul anilor 1920 – 1930. Când a împlinit unsprezece ani era deja alcoolic. A părăsit rezervaţia pe la cincisprezece ani, hălăduind de colo colo pentru câteva luni, apoi şi-a luat o slujbă pe un vapor comercial. Deşi nu avea decât cincisprezece ani, s-a dat drept având şaisprezece.

La bordul vaporului s-a împrietenit cu un tânăr german şi un alt tânăr indian nativ american. Împreună au călătorit prin porturi în tot Oceanul Pacific. Ca hobby, David a început să deseneze. Un subiect pe care îl desena erau buncărele pe care japonezii le construiseră pe numeroase insule în mările sudice. Era anul 1941.

Desenele lui David au căzut până la urmă în mâinile autorităţilor militare americane. Când a fost mutat în serviciul militar, s-a gândit că putea

să-şi continue munca lui de artist. În loc de asta, a devenit membru al unei operaţiuni secrete împotriva naziştilor. Armata îi înrolase pe Navajo şi pe alţi indieni nativi americani pentru a crea o reţea de spionaj. Agenţii erau trimişi în spatele liniilor inamicului şi transmiteau la baza operaţiunilor militare din Europa. Pentru că toate transmisiunile radio puteau fi interceptate, limba indiană americană era folosită pentru a garanta că mesajul, chiar dacă era interceptat, nu putea fi înţeles.

În timp ce David se afla în spatele liniilor inamicului a fost prins de un grup de soldaţi nazişti. L-au torturat, şi printre altele i-au smuls unghiile de la picioare şi apoi l-au obligat să stea în picioare în acea stare. După ce a supravieţuit acestei orori, David a fost trimis la un lagăr de exterminare pentru că era dintr-o „rasă inferioară”. În timp ce era mânat spre un tren, a simţit o puşcă ce îl împungea în coaste, ordonându-i să meargă mai repede. Şi-a întors faţa către soldatul nazist. Era tânărul german cu care se împrietenise pe vaporul comercial.

Acesta a făcut aranjamente astfel că David a fost transferat la o închisoare de război unde şi-a petrecut următorii ani de război. Când a fost eliberat, soldaţii americani l-au găsit pe David pe moarte. Transportat în Statele Unite, David a petrecut doi ani şi jumătate în comă într-un spital militar în Battle Creek, Michigan. Când şi-a revenit din comă, corpul lui era atât de slăbit de experienţa închisorii că nu putea vorbi. I s-au confecţionat nişte cârje şi astfel se putea deplasa

pe distanţe mici.

David s-a hotărât să se întoarcă în rezervaţie, să spună un ultim rămas bun poporului său, şi apoi să intre într-un spital de veterani şi să-şi petreacă restul zilelor acolo. Când a ajuns la rezervaţie, familia şi prietenii au fost înspăimântaţi de ceea ce devenise. S-au adunat şi au ţinut un consiliu pentru a descoperi cum să-l ajute. După acest consiliu, cei vârstnici s-au apropiat de David, i-au azvârlit cârjele, i-au legat o frânghie în jurul taliei şi l-au aruncat într-o apă adâncă. „David, cheamă-ţi spiritul înapoi” i-au comandat. „Spiritul tău nu mai este în corpul tău. Dacă nu-ţi poţi chema spiritul înapoi, te vom lăsa să pleci. Nimeni nu poate trăi fără spirit în corpul său. Spiritul tău este puterea ta”.

„Să-mi chem spiritul înapoi a fost cea mai dificilă treabă pe care a trebuit s-o fac vreodată”. Mi-a spus David. „A fost mai dificil decât să îndur maltratarea picioarelor mele. Am văzut feţele soldaţilor nazişti. Am trăit atâtea luni în închisoarea aceea. Ştiam că trebuia să mă eliberez de furia şi de ura din mine. Aproape că era să mă înec, dar m-am rugat să mă eliberez de furia din corpul meu. Asta e tot ce m-am rugat, iar rugăciunile mele au fost ascultate şi au primit răspuns”.

David şi-a revenit la capacitate maximă cu picioarele şi a devenit un shaman, un pastor creştin şi un vindecător. S-a întors şi la desenele lui şi a câştigat o reputaţie de mare şi talentat artist.

David Chetlahe Paladin radia o calitate a

puterii care era simţită ca şi graţia însăşi. Supravieţuind unei confruntări cu latura întunecată a puterii, a transcens acel întuneric şi şi-a petrecut restul vieţii vindecând şi inspirând oamenii „să-şi cheme înapoi puterea” din experienţe care secau forţa de viaţă din trupurile lor.

Miezul problemei în a uni energiile dualiste ale relaţiilor noastre este a învăţa cum să ne cinstim unii pe alţii folosind energia Chakrei Doi, forţa creatoare a Sefirotului Yesod şi vederea simbolică a Tainei Comuniunii, cum putem învăţa să preţuim uniunile sacre pe care le formăm unii cu alţii de-a lungul vieţii.

Foarte mult din felul în care răspundem încercărilor externe este determinat de felul în care ne răspundem nouă înşine. În plus faţă de toate relaţiile pe care le avem cu alţi oameni, trebuie să formăm o relaţie sănătoasă şi de iubire cu noi înşine – o sarcină ce aparţine energiei Chakrei Trei.

Întrebări pentru auto-examinare

1. Cum defineşti creativitatea? Te consideri o persoană creativă? îţi urmezi ideile creatoare?

2. Cât de des direcţionezi energiile creatoare în modalităţi negative de expresie? Exagerezi sau înfloreşti faptele pentru a-ţi susţine punctul de vedere?

3. Te simţi confortabil cu sexualitatea ta? Dacă nu, eşti capabil să lucrezi pentru a vindeca dezechilibrele sexuale? Foloseşti alţi oameni pentru plăcerea ta sexuală sau te-ai simţit folosit? Eşti destul de puternic să păstrezi cu onoare

graniţele tale sexuale?

4. Îţi ţii cuvântul? Care este codul tău personal al onoarei? Dar al eticii? Ţi-ai vinde etica în funcţie de circumstanţe?

5. Ai impresia că Dumnezeu este o forţă care exercită justiţia în viaţa ta?

6. Eşti o persoană care controlează? Te angajezi în jocuri ale puterii în relaţiile tale? Eşti capabil să te vezi cu claritate în circumstanţe legate de putere sau bani?

7. Au banii autoritate asupra ta? Faci compromisuri care violează sinele tău interior de dragul securităţii financiare?

8. Cât de des dictează fricile legate de supravieţuire asupra alegerilor tale?

9. Eşti suficient de puternic pentru a-ţi controla fricile referitoare la probleme financiare sau de supravieţuire fizică? Sau ele te controlează pe tine şi atitudinea ta?

10. Care sunt ţelurile pe care le ai pentru tine şi pe care încă mai trebuie să le atingi? Ce stă în calea acţionării tale în scopul obţinerii acestor ţeluri?

CAPITOLUL III
Chakra Trei:
Puterea Personală

Energia celei de-a treia chakre, energia Chakrei Puterii Personale, devine vibraţia dominantă în dezvoltarea noastră în timpul pubertăţii. Ne sprijină mai departe în procesul individualizării, al formării „sinelui”, al eului şi al personalităţii separate de identitatea noastră moştenită. Acest centru de energie conţine şi cele

mai multe probleme legate de dezvoltarea puterii personale şi de auto-apreciere.

Chakra Trei completează trilogia fizică a sistemului energetic uman. Ca şi Chakrele Unu şi Doi, ea se referă în principal la o formă fizică a puterii. Dacă prima chakră rezonează cu puterea de grup sau tribală, iar chakra a doua este în rezonanţă cu fluxul curgerii puterii între sine şi ceilalţi, a treia chakră se referă la puterea personală în relaţie cu lumea exterioară.

Localizare: Plexul solar

Conexiuni energetice în corpul fizic: Stomac, pancreas, suprarenale, partea superioară a intestinelor, vezica biliară, ficat şi mijlocul coloanei vertebrale, localizat în spatele plexului solar.

Conexiunea energetică la nivelul corpului tal: Chakra Trei, deseori denumită Chakra Plexului Solar, este centrul puterii noastre personale, miezul magnetic al personalităţii şi al ego-ului. Boala care îşi are originea aici este activată de problemele legate de responsabilitatea faţă de sine, autoapreciere, fiica de respingere şi o supersensibilitate la critică.

Conexiunea simbol/percepţie: Chakra Trei mediază între conştiinţa externă (ceea ce este caracteristic primei şi celei de-a doua chakre) şi internalizarea conştiinţei. Prima chakră are un centru extern al gravitaţiei şi este întotdeauna localizată în interiorul unei minţi de grup. A doua chakră, de asemenea, are un centru gravitaţional exterior, dar se concentrează asupra relaţiilor şi efectelor lor asupra noastră. În cea de-a treia

chakră centrul gravitaţional este parţial intern, deoarece atenţia noastră se mută de la felul în care ne corelăm cu oamenii din jurul nostru la felul în care ne referim şi ne înţelegem pe noi înşine.

Conexiunea Sejirot/Tainã: Sefirotul Nezah reprezintă calitatea divină a rezistenţei, iar Sefirotul Hod simbolizează maiestatea (sau integritatea) Divinului. În sistemul chakrelor aceste două calităţi există pentru că în interiorul tradiţiei kabbalistice amândouă reprezintă calităţi de care avem nevoie pentru a „rămâne în picioare" ca indivizi. Astfel, Sefiroţii Nezah şi Hod sunt ilustraţi în mod simbolic drept picioarele corpului. Ei sunt consideraţi, de asemenea, şi sursa profeţiei şi centrul privirii simbolice. Înţelesul simbolic al lui Nezah şi Hod formează o legătură spirituală puternică cu Taina Confirmării. Această taină reprezintă emergenţa – descoperirea „sinelui conştient" sau a acelei părţi din personalitatea umană care este eternă şi în mod natural aliniată sacrului.

Fricile de bază: Frica de respingere, critica, fiica de a nu părea ridicol, fiica de a-ţi îndeplini responsabilităţile; toate fricile legate de aspectul fizic, cum ar fi fiica de obezitate, de a cheli sau de îmbătrânire; teama că alţii vor descoperi secretele noastre.

Puterile fundamentale: auto-apreciere, respect de sine şi autodisciplină; ambiţie, capacitatea de a genera acţiune şi de a face faţă unei crize; curajul de a risca; generozitatea, moralitatea şi tăria de caracter.

Adevărul sacru: Adevărul sacru al celei de-a treia chakre este „Cinsteşte-te/Onorează-te pe tine însuţi”, o temă sprijinită de energiile spirituale ale Sefirotului Nezah (rezistenţă) şi Hod (maiestate) şi, prin înţelesul său simbolic, de Taina Confirmării, precum şi de puterea intrinsecă a Chakrei Trei. Energiile care se întâlnesc în această chakră au un singur scop spiritual: să ne ajute să ne maturizăm în înţelegerea de sine, adică în relaţia pe care o avem cu noi înşine şi cum să rezistăm pe propriile picioare şi să avem grijă de noi. Calitatea spirituală conferită de Taina Confirmării este respectul de sine. Această taină simbolizează, de asemenea, şi trecerea de la copilărie la maturitate. Toţi trebuie să dăm piept cu o experienţă care ne arată puterile interioare şi slăbiciunile atunci când ne separăm de influenţa celor mai mari. Calitatea spirituală inerentă Chakrei Trei ne determină să ne creăm o identitate separată de sinele nostru tribal.

Dezvoltarea auto-aprecierii/ aprecierii de sine

Toate cele trei curente spirituale se combină pentru a forma vocea intuiţiei din plexul solar. Pe măsură ce dezvoltăm un sens al sinelui, vocea intuiţiei devine sursa noastră naturală şi constantă de călăuzire.

Ce simţim despre noi înşine, dacă ne respectăm sau nu, ne determină calitatea vieţii, capacitatea noastră de a reuşi în afaceri, în relaţii, în vindecare sau talentele intuitive. Autoînţelegerea şi acceptarea, legătura pe care o formăm cu noi înşine este, în multe privinţe, cea

mai importantă încercare spirituală pe care o întâlnim. Într-adevăr, dacă nu ne plăcem pe noi înşine, suntem incapabili să luăm decizii corecte, sănătoase. În schimb, vom direcţiona întreaga noastră putere de a decide în mâinile altcuiva: cineva pe care dorim să-l impresionăm sau cineva pentru care credem că trebuie să ne slăbim pe noi înşine pentru a obţine protecţia fizică. Oamenii care au un simţ al aprecierii de sine foarte scăzut atrag relaţii şi situaţii care reflectă şi împrospătează această slăbiciune.

Un bărbat mi-a spus că nu a aşteptat să fie iubit în căsătoria lui. S-a însurat pentru a nu fi singur, crezând că iubirea este ceva care se întâmplă altor oameni, dar niciodată oamenilor ca el.

Nimeni nu se naşte cu o apreciere de sine sănătoasă. Trebuie să ne câştigăm această calitate în procesul vieţii, pe măsură ce întâlnim încercări una câte una. A treia chakră rezonează în mod special cu limitele corpului uman. Suntem puternici sau slabi fizic? Capabili sau handicapaţi? Frumoşi sau speriaţi? Prea înalţi sau prea scunzi? Dintr-o perspectivă spirituală, oricare şi toate calităţile şi limitările fizice sunt iluzorii, mai degrabă „cârje pentru viaţă”. Totuşi, acceptarea sau rezistenţa împotriva lor sunt puncte critice pentru a intra în maturitatea spirituală. De fapt, din punct de vedere spiritual, întreaga lume fizică nu este nimic mai mult decât o sală de curs, numai că provocarea pentru fiecare dintre noi în această clasă este: Dându-ni-se un anumit corp, mediu, sistem de credinţe, vom face alegeri care să ne

îmbogăţească spiritul sau alegeri care ne vor seca puterea în iluzia fizică din jurul nostru? Mereu şi mereu, încercările Chakrei Trei ne vor determina să evaluăm sensul puterii şi al sinelui în relaţie cu lumea exterioară.

Luaţi în considerare, de exemplu, încercările Chakrei Trei pentru o persoană în scaunul cu rotile. Faptul că lumea fizică este o iluzie nu înseamnă că scaunul cu rotile nu există sau că problema fizică nu este reală. Mai degrabă, înseamnă că nimic din lumea fizică nu poate reţine sau limita puterea unui spirit uman. Femeia aceea din scaunul cu rotile poate că nu-şi va redobândi niciodată dreptul de a-şi folosi picioarele, dar ea încă are puterea de a decide dacă statul în scaunul cu rotile îi va handicapa spiritul. Dacă ea alege să facă tot ce este mai bine în viaţa ei într-un scaun cu rotile, atunci face mai mult decât să ia o decizie sănătoasă din punct de vedere psihologic; ea face o alegere spirituală care angajează din plin energiile Sefiroţilor Nezah şi Hod.

Am întâlnit o femeie pe nume Ruth în timp ce ţineam un seminar pe timpul unui weekend în Mexic. Ruth stătea în acelaşi hotel şi nu era înscrisă la seminarul meu. Era în scaunul cu rotile din cauza unei artrite, un caz grav cum nu am mai văzut.

Într-o dimineaţă m-am trezit extrem de devreme, ceea ce nu este în obişnuinţa mea, şi m-am dus în curtea interioară să-mi beau cafeaua şi să-mi pregătesc notiţele pentru prelegerea mea din acea zi. Am observat-o pe Ruth care stătea singură, ascultând muzică clasică la un casetofon

vechi. O cunoscusem cu o zi înainte, dar în această dimineaţă nu m-am putut opri să nu mă uit fix la ea, deşi nu credeam că mă observa pentru că stătea cu spatele la mine. Mă întrebam cum a putut să facă faţă trupului ei cumplit de schilodit, şi care devenise şi obez din cauza incapacităţii de a se mişca. Dintr-odată, şi-a întors capul, a zâmbit şi a spus:

— Te întrebi cum reuşesc să trăiesc în corpul ăsta, nu-i aşa?

Eram atât de uluită că nu am putut să mă ascund.

— M-ai prins, Ruth, i-am spus. Exact la asta mă gândeam.

— Păi, atunci vino aici lângă mine şi-ţi spun.

În timp ce îmi trăgeam scaunul mai aproape de al ei, această femeie de şaptezeci şi cinci de ani mi-a spus:

— Îţi place muzica New Age?

Am încuviinţat din cap şi apoi a spus:

— Bine, o să pun caseta asta în timp ce-ţi vorbesc despre mine.

Avându-l pe Kitaro în fundal, această evreică remarcabilă mi-a spus povestea ei.

— Am rămas văduvă la treizeci şi opt de ani, cu două fete pe care să le întreţin şi foarte puţine căi de a realiza aceasta. Am devenit cea mai manipulativă persoană pe care ţi-ai putea-o imagina. Nu am furat niciodată nimic, dar am fost aproape de asta. Când fiica mea mai mare a împlinit douăzeci şi doi de ani s-a alăturat unei comunităţi buddhiste. Mi-am crescut fetele în tradiţia evreiască din New York şi ea a intrat într-o

comunitate buddhistă! De fiecare dată când venea să mă viziteze, o întrebam: „Cum ai putut să-mi faci una ca asta? După ce am renunţat la atâtea pentru tine, cum ai putut?” Am avut această conversaţie de sute de ori. Apoi, într-o zi, s-a uitat la mine şi m-a întrebat: „Mami, sunt hainele mele murdare? Sunt murdară în vreun fel? Fac ceva care te jigneşte?” I-am spus: „Probabil că iei droguri. Asta e, te-au băgat pe droguri”. Ea mi-a răspuns: „Da, am încercat să iau droguri”. Şi ştii ce i-am spus atunci? Am spus: „Adu-mi şi mie”. Şi mi-a adus. Mi-a adus LSD. Aveam cincizeci şi cinci de ani şi am stârnit spiritele.

Aproape am căzut de pe scaun. În niciun fel nu mi-o puteam imagina luând LSD.A. continuat:

— Tu crezi în îngeri?

— Da, bineînţeles, am răspuns.

— Bine, pentru că asta este ceea ce mi s-a întâmplat în continuare. Am luat LSD şi am avut o experienţă de ieşire din corp. M-am trezit plutind deasupra corpului meu, mai uşoară decât aerul. Şi am întâlnit această fiinţă care mi-a spus că este îngerul meu. Mi s-a plâns: „Ruthie, Ruthie, tu ştii cât de dificil este să fiu îngerul tău?” Am spus că nu mă gândisem niciodată la asta înainte, iar îngerul meu a spus: „Lasă-mă să-ţi arăt cum arăţi tu pentru mine”. Apoi mi-a arătat dublura mea, numai că dublul meu era complet legat în mii de fâşii de gumă. Îngerul meu a spus: „Aşa arăţi tu pentru mine. Fiecare din aceste fâşii este o frică ce te controlează. Ai atâtea frici, încât nu mă poţi auzi niciodată când încerc să îţi vorbesc, să-ţi spun că ai totul sub control.”

Apoi mi-a spus: „Uite, ai aici o foarfecă. De ce nu vrei să tai aceste fâşii de gumă şi să te eliberezi?” Şi exact asta am făcut. Am tăiat fiecare bandă şi cu fiecare tăietură simţeam o incredibilă energie intrând în corpul meu. Îngerul a continuat: „Nu te simţi mai bine acum?” l-am spus că mă simţeam mai uşoară decât aerul şi mai fericită decât am fost vreodată în viaţa mea. Nu mă puteam opri din râs. Îngerul mi-a spus: „trebuie să te băgăm înapoi în corpul tău acum, dar, înainte să pleci, trebuie să-ţi arăt ceva.”

Mi-a arătat viitorul şi m-am văzut plină de artrită. Nu mi-a putut spune de ce va trebui să îndur această situaţie, doar că va trebui. Dar mi-a spus că va fi cu mine la fiecare pas. Apoi m-a pus înapoi în corp. I-am spus fetei mele totul şi amândouă am râs aproape continuu vreo două luni. De atunci ne-am apropiat foarte mult. Când a apărut această artrită, acum zece ani, m-am gândit: oh, ei bine, dar încă nu sunt schilodită. Eram mult mai schilodită atunci când puteam să merg, eram întotdeauna atât de speriată să nu fiu singură, să existe cineva care să aibă grijă de mine. Dar, după acea experienţă nu m-am mai temut niciodată.

Cred că situaţia mea fizică este un mod de a-mi aminti să nu mă mai tem niciodată. Acum vorbesc cu îngerul meu în fiecare zi şi râd în fiecare zi, mai mult decât am râs vreodată înainte.

Mi-aş dori să o pot lua pe Ruth cu mine oriunde aş merge astfel ca ea să-şi spună povestea tuturor participanţilor la atelierele mele. Pentru mine, Ruth şi îngerul ei sunt gemeni. Povestea ei

reprezintă alegerea de a crede că lumea nonfizică a energiei Divine are mai multă autoritate decât lumea fizică a formei şi a materiei. Alegerea ei a determinat ca ceea ce ar fi putut fi un handicap să se transforme treptat într-o sursă de inspiraţie. Limitările ei au devenit bunuri. Aceasta este influenţa Sefiroţilor Nezah şi Hod, „picioarele" noastre spirituale.

Creşterea puterii interioare

Ne „rearanjăm" vieţile atunci când alegem spiritul în detrimentul iluziilor circumstanţelor fizice. Cu fiecare alegere pe care o facem, ori devenim mai implicaţi în lumea fizică iluzorie, ori investim energie în puterea spiritului. Fiecare din cele şapte chakre reprezintă o versiune diferită, o manifestare a uneia dintre lecţiile principale. De fiecare dată când alegem să ne dezvoltăm puterea interioară limităm autoritatea lumii fizice asupra vieţilor noastre, asupra corpurilor noastre, a sănătăţii, a minţii şi a spiritului. Din punct de vedere al energiei, fiecare alegere care îmbogăţeşte spiritul întăreşte câmpul nostru energetic; şi cu cât devine mai puternic câmpul nostru energetic, cu atât mai puţine legături cu oameni şi experienţe negative vom avea.

Am întâlnit-o pe Penny la un curs într-o perioadă în care deja începuse să-şi reconstruiască viaţa pe picioarele ei. Penny fusese măritată optsprezece ani cu un bărbat cu care a avut un parteneriat de afaceri. Ea era creierul operaţiunilor. Fusese de asemenea şi alcoolică, situaţie care îi convenise foarte mult soţului ei pentru că şi el era alcoolic. El îşi dorea ca ea să

bea pentru că, ţinând-o pe Penny într-o stare de semiconştienţă îi conferea lui mai mult control în căsătorie şi în afaceri. Într-o zi obişnuită Penny venea acasă de la lucru şi îngrijea de câini şi de casă. Soţul ei îi punea un pahar de vin şi-i spunea: „Acum trebuie să te odihneşti. Mă ocup eu de cină”. Până era gata cina, ea era deja „în elementul ei”.

După aproape şaptesprezece ani, Penny a înţeles că avea o problemă. S-a gândit să se ducă la întâlnirile Alcoolicilor Anonimi, dar s-a răzgândit. „Trăiam într-un oraş mic” a explicat ea. „Dacă oamenii m-ar fi văzut ducându-mă la acele întâlniri, ştirea s-ar fi răspândit imediat. „Aşa că trecuse pe acolo cu maşina, dar niciodată nu intrase. Apoi, Penny a ajuns la fund. În loc să cadă din nou în braţele soţului, a telefonat unei prietene şi i-a spus: „Ajutor! Am nevoie de ajutor”. Prietena a îndrumat-o pe Penny către prima ei întâlnire AA. (Alcoolicii Anonimi)

Faptul că n-a mai băut i-a schimbat viaţa. Când şi-a revenit, a înţeles că nimic în lumea ei nu mersese iar căsnicia, cel mai puţin dintre toate. Oricât era de speriată să părăsească această căsnicie – ceea ce însemna să-şi părăsească şi serviciul – şi tot a făcut-o, pas cu pas. S-a mutat într-o altă parte a ţării, a continuat să meargă la întâlnirile AA şi să facă cursuri despre dezvoltarea personală, ceea ce făcea şi atunci când ne-am cunoscut. Şi-a schimbat înfăţişarea, pieptănătura şi a slăbit zece kilograme. Pe scurt, şi-a revenit la viaţă. A decis să divorţeze de soţul ei, chiar dacă acest fapt ar fi pus-o într-o situaţie financiară

vulnerabilă, pentru că reprezenta „gestul de care spiritul meu avea nevoie pentru a fi liber”. Pe măsură ce făcea toţi aceşti paşi, Penny şi cu mine discutam fiecare nouă mutare şi cum ar fi putut aceasta să-i schimbe viaţa şi siguranţa. Deşi divorţul i-ar fi schimbat statutul financiar, avea nevoie să descopere dacă ar fi putut să obţină un venit de una singură. A decis că avea suficientă încredere în sine cât să poată face acest lucru. A lucrat pentru a deveni asistent în programarea neurolingvistică (NLP). Apoi l-a întâlnit pe James, un om minunat care se potrivea standardelor acum înalte de sănătate şi dezvoltare personală. S-au căsătorit, iar acum conduc seminarii despre dezvoltarea personală prin toată Europa.

Povestea lui Penny spune despre potenţialul nelimitat din fiecare persoană de a-şi transforma viaţa, având determinare şi un simţ puternic al responsabilităţii personale. Aceste calităţi ale puterii sunt intrinseci Chakrei Trei. Angajamentul lui Penny faţă de propria vindecare este chiar înţelesul simbolic al Tainei Confirmării. Ea s-a deconectat de situaţiile şi de oamenii negativi, şi-a chemat în ajutor propriul spirit şi a descoperit că are o rezistenţă fără margini (Nezah) şi demnitate (Hod), prin care putea să-şi reconstruiască viaţa. Pentru că Penny a fost capabilă să-şi înfrunte fricile, a fost de asemenea capabilă să scape de ele şi să devină puternică, sănătoasă şi victorioasă.

Cu cât devin mai puternice spiritele noastre, cu atât timpul linear are o autoritate din ce în ce mai scăzută în vieţile noastre. Până la un anume

punct, timpul linear este o iluzie a lumii fizice, legat de energia fizică a primelor trei chakre. Pentru sarcini fizice, avem nevoie de această energie fizică; de exemplu, când avem nevoie să ne inspirăm dintr-un gând pentru a forma ceva, rulăm acest gând prin etapele lineare. Dar, în termenii credinţei noastre în capacitatea de a vindeca, conceptul nostru despre timp ar trebui reexaminat.

Iluzia că vindecarea necesită „mult timp” are o autoritate considerabilă în cultura noastră. Crezând aceasta, o facem adevărată. În Cartea Genezei, Yahweh „a suflat în nările lui o suflare de viaţă şi astfel s-a născut omul”. Alegând să credem ceva, noi suflăm viaţă în acea credinţă, dându-i astfel autoritate.

Cultura noastră crede că vindecarea amintirilor dureroase din copilărie cere mulţi ani de psihoterapie, dar nu este aşa. Dacă cineva crede astfel, vindecarea amintirilor dureroase şi eliberarea de sub autoritatea pe care o au asupra vieţii cuiva poate să se producă rapid. Durata proceselor de vindecare devine calibrată la nivelul timpului pe care mintea tribală i-l atribuie. De exemplu, mintea grup crede în prezent că anumitor tipuri de cancer le trebuie şase luni ca să ne omoare, că oamenii care au SIDA pot să trăiască între şase şi opt ani, că durerea în urma morţii partenerului ţine cel puţin un an şi că durerea morţii unui copil ar putea să nu se sfârşească niciodată. Dacă noi credem aceste lucruri, dăm minţii tribale putere asupra vieţilor noastre în loc să ne exersăm puterea personală.

Dacă spiritul vostru este suficient de puternic pentru a vă retrage de sub autoritatea unei credinţe de grup, este potenţial suficient de puternic şi să vă schimbe viaţa, aşa cum s-a întâmplat şi cu Margaret şi neobişnuita ei poveste.

Am cunoscut-o pe Margaret la un seminar pe care l-am ţinut în New Hampshire. Şi-a descris educaţia primită drept „simplă, obişnuită şi rigidă”. Părinţii verificau orice citea şi hotărau cine putea să facă parte dintre prietenii ei. Lui Margaret nu i s-a permis niciodată să îndeplinească funcţii pe care părinţii ei le considerau prea „radicale”. Într-o vreme chiar trebuia să citească pe furiş ziarele. A crescut sub controlul fricii de necunoscut a părinţilor să-i când s-a dus la şcoală, părinţii i-au spus că fiind fată, pentru ea existau două ocupaţii: să fie profesoară sau asistentă medicală.

Margaret a decis să se facă asistentă medicală. La scurt timp după ce a absolvit şcoala de asistenţă medicală, s-a căsătorit cu un bărbat „simplu, obişnuit şi rigid. Mi-am duplicat părinţii.” după cum a spus Margaret. Ea şi soţul ei s-au mutat într-un mic oraş unde ea a practicat îngrijirea la domiciliu. Oraşul, o mică şi drăguţă comunitate, avea personajele sale locale, în special o femeie pe nume Ollie. Aceasta îşi câştigase oarecum reputaţia de „periculoasă”. Nimeni nu vorbea cu ea, nimeni nu o invita la niciun eveniment social. Copiii o chinuiau de fiecare Halloween şi acest lucru se întâmpla de zece ani.

A venit ziua când Ollie a sunat la cabinetul de

îngrijire la domiciliu cerând asistenţă. Toate asistentele au refuzat să răspundă solicitării, cu excepţia lui Margaret. S-a simţit puţin speriată pe măsură ce se apropia de casa lui Ollie, dar odată intrată, a întâlnit „o femeie de cincizeci de ani, singură şi inofensivă, care tânjea după afecţiune.”

Cât timp a îngrijit-o, s-a legat o prietenie între ele. Când Margaret s-a simţit suficient de în siguranţă, a întrebat-o pe Ollie cum şi-a dobândit acea reputaţie. Ollie a tăcut pentru un minut, apoi i-a împărtăşit faptul că, pe când era copil „venise peste ea dintr-odată o putere”. Această putere putea vindeca oameni. Tatăl lui Ollie a început să vândă serviciile ei celor care aveau nevoie de ele. El a câştigat o mulţime de bani în felul acesta „până când, într-o zi, puterea s-a oprit”. Tatăl a crezut că ea se încăpăţâna, aşa că a bătut-o ca să-şi redobândească puterea, numai că acest lucru nu s-a întâmplat.

Când a crescut, Ollie a părăsit casa şi s-a mutat într-un oraş unde nu o cunoştea nimeni. A lucrat ca femeie de serviciu şi s-a căsătorit la treizeci şi doi de ani. A avut doi copii. Când băiatul cel mic avea cinci ani, s-a îmbolnăvit de leucemie.

Doctorul i-a spus lui Ollie şi soţului său să se pregătească pentru moartea copilului lor, care era inevitabilă. Atunci Ollie i-a spus soţului ei despre puterea pe care o avusese pe când era copil şi l-a rugat să i se alăture în rugăciune, cerându-i lui Dumnezeu să-i dea înapoi acea putere pentru a-şi vindeca fiul. Ollie a îngenuncheat lângă patul fiului şi s-a rugat, apoi a pus mâinile peste el. În două zile copilul a început să arate semne de

îmbunătăţire a stării sale, şi, într-o săptămână era deja pe drumul vindecării. S-a vindecat complet în două luni.

Doctorul i-a întrebat ce făcuseră, ce tratament îi aplicaseră băiatului. Ollie l-a rugat pe soţul ei să nu-i spună doctorului, însă el exact asta a făcut. Răspunsul doctorului a fost că Ollie era „periculoasă” şi l-a sfătuit pe soţ să „fie atent cu femeia aceasta. S-ar putea să fie o vrăjitoare sau aşa ceva”. Cinci luni mai târziu, ajungând acasă Ollie a descoperit că soţul ei luase copiii şi o părăsise. Prin divorţ copiii au rămas la el pe motiv că Ollie nu era sănătoasă mintal şi asta a devastat-o. I-a spus lui Margaret că încercase în van de multe ori să-şi găsească copiii pe care nu-i mai văzuse de atunci.

Legătura dintre Margaret şi Ollie a devenit şi mai puternică cu fiecare vizită. „Puterea” lui Ollie a inspirat-o pe Margaret să citească despre vindecători, puterea vindecării şi spiritualitate. Ollie a deschis o lume nouă pentru Margaret. Cu cât învăţa mai mult, cu atât mai mult se gândea la părinţii ei, la frica lor faţă de ideile noi şi la eforturile lor de a se asigura că fiica lor va învăţa numai „lucruri simple pentru a respecta şi păstra stilul lor obişnuit de viaţă”.

Margaret a încercat să împărtăşească soţului său tot ceea ce învăţa, sperând că el va găsi aceste informaţii la fel de inspiratoare precum le găsise ea. Numai că el s-a simţit ameninţat de Ollie şi de aceste noi idei şi, în final, a venit ziua când i-a interzis să o mai întâlnească pe Ollie.

În acea vreme Margaret avea nevoie să se

întâlnească cu Ollie nu numai pentru că ţinea foarte mult la ea, ci şi pentru că Ollie o învăţa despre puterea vindecării, care era o energie a iubirii venită dintr-o Sursă Divină. Aşa că, de data aceasta nu mai voia să fie controlată de fricile altcuiva.

Margaret a intrat în cea mai întunecată criză a vieţii sale, nu numai din cauza lui Ollie, ci şi pentru că se afla „între două lumi cu o gândire diferită”. Ştia că, indiferent dacă o mai vedea pe Ollie sau nu, nu s-ar fi putut întoarce la credinţele despre vindecare şi spiritualitate pe care le avusese înainte. A dorit să continue să înveţe şi, în final, i-a spus soţului că va continua să-şi îndeplinească îndatoririle de asistentă medicală faţă de Ollie indiferent de ce simţea el.

Soţul lui Margaret a început să spună lucruri de genul „Femeia aceea te-a vrăjit” şi „Mă întreb ce altceva urmează să se întâmple între voi două”. Până la urmă, atmosfera din casa lui Margaret a devenit de nesuportat şi ea s-a mutat într-un apartament. A sperat că o separare temporară va ajuta căsătoria lor.

Colegele lui Margaret, ca şi prietenele ei, s-au alăturat soţului. Margaret îşi sacrifica mariajul pentru o muribundă nebună, i-au spus. Nimeni nu înţelegea motivele pentru care ea făcea ceea ce făcea. Margaret s-a rugat „pentru un miracol fără restricţii”, înţelegând prin aceasta că nu îi păsa cum avea să rezolve Dumnezeu criza ei, ci îşi dorea doar ca aceasta să se termine.

Patru luni mai târziu, Margaret a primit un mesaj de la soţul său în care îi cerea să se

întâlnească. A crezut că urma să-i ceară să divorţeze, dar, în loc de aceasta, soţul i-a spus că fusese diagnosticat cu cancer de colon. I-a spus că era speriat, şi apoi a apărut miracolul: Oare putea Ollie să îl ajute? a întrebat. Margaret a tremurat de emoţie. S-au dus imediat la Ollie acasă.

Ollie i-a spus soţului lui Margaret că puterea ei venea de la Dumnezeu şi că el ar trebui să îşi concentreze atenţia asupra acestui lucru. Şi-a pus mâinile pe el, stând astfel nu mai mult de zece minute. Bărbatul şi-a revenit din cancer în trei luni. A început să ţină foarte mult la Ollie, şi să o îngrijească, atât de mult încât a insistat că ea să se mute în casa lor, unde a şi trăit până când a murit. „Acum soţul meu nu ştie ce să facă mai mult pentru mine sau pentru alţii. În casa noastră oferim servicii de vindecare, ne rugăm împreună cu alţii şi oferim consultanţă pentru vindecare. N-aş fi crezut că aşa ceva se poate întâmpla şi nu pot să-ţi spun de câte ori nu mi-a spus soţul meu: «îi mulţumesc lui Dumnezeu în fiecare zi în rugăciunile mele că ai avut curajul să mă înfrunţi şi să-ţi păstrezi credinţele. Astăzi sunt în viaţă datorită ţie.»

Fără îndoială, amintirile din copilărie pot fi o sursă de mare durere. Totuşi, ca şi în cazul lui Margaret, s-ar putea să ni se ofere şanse de a folosi această durere pentru a ne inspira să facem alte alegeri, ca adulţi.

Auto-aprecierea şi intuiţia

Când am început să predau despre ghidarea intuitivă, le-am dat participanţilor exerciţii şi practici de meditaţie. Dar majoritatea oamenilor

care au meditat au raportat o lipsă de succes în dezvoltarea intuiţiei lor. În timpul unui asemenea atelier am înţeles că a intra în legătură cu intuiţia nu era chiar cea mai importantă încercare. Cei mai mulţi erau deja în legătură cu intuiţia lor, dar înţeleseseră complet eronat natura acesteia. Fiecare participant era confuz în privinţa intuiţiei şi a capacităţii profetice. Ei credeau că intuiţia era acea abilitate de a prezice viitorul. Dar intuiţia nu este nici abilitatea de a le angaja în profeţii şi nici nu înseamnă să eviţi pierderile în domeniul financiar sau al relaţiilor personale. Este abilitatea noastră de a folosi informaţia energetică pentru a lua decizii în fiecare clipă. Informaţia energetică conţine componente emoţionale, psihologice şi spirituale despre o anume situaţie. Ele sunt ingredientele vieţii, „aici şi acum”, nu într-o informaţie nonfizică dintr-un oarecare spaţiu „din viitor”.

Pentru cei mai mulţi, o parte din informaţii este accesibilă intuiţiei şi îşi face cunoscută prezenţa determinându-ne să ne simţim mai puţin confortabil, anxioşi ori deprimaţi, sau, la cealaltă extremă, detaşaţi ca şi cum am fi dintr-odată dezlegaţi de toate sentimentele noastre. În visele cu o natură intuitivă primim simboluri ale schimbării sau ale haosului. Asemenea vise apar mai des şi cu o intensitate mai mare în timpul crizelor emoţionale. Primim semnale energetice sau senzaţii intuitive atunci când ajungem la o cumpănă în viaţă şi ne este semnalat astfel că avem şansa să influenţăm următoarea etapă a vieţii noastre cel puţin până la un anume nivel,

prin alegerea pe care o facem acum.

Împreună, intuiţia şi independenţa Chakrei Trei, ne dau capacitatea de a ne asuma riscuri, de a ne urma instinctele.

Evan, douăzeci şi opt de ani, m-a contactat pentru că suferea de o gravă ulceraţie a colonului. În timp ce îl evaluam, am primit impresia unui cal condus până la poartă, dar care nu alerga niciodată în cursă. Chakra Trei a lui Evan era ca o gaură deschisă prin care ieşea energia. Părea că nu mai are energie să stea pe picioarele lui. De fapt, părea să fi fugit de oportunităţile pe care viaţa i le oferise pentru că se temuse de eşec. Nu ar fi riscat pentru a obţine o confirmare a intuiţiei sale.

După cum s-a exprimat Evan însuşi, viaţa lui a fost o serie de false începuturi. S-a gândit la o mulţime de afaceri, dar de fiecare dată decidea împotriva lor. Studia mereu bursa de mărfuri, căutând o formulă care să descopere tiparul ascensiunilor şi căderilor preţurilor pieţei. Obsedat de acest ideal, acumulase cu grijă o mulţime de statistici. De fapt, devenise chiar bun în identificarea acţiunilor care urmau să-şi crească valoarea.

Când l-am întrebat de ce nu a făcut pasul următor şi n-a investit în asemenea acţiuni, a spus: „Formula nu este încă perfectă. Trebuie să fie perfectă/6 Cu toate acestea era plin de amărăciune faţă de el însuşi pentru că ştia că ar fi putut câştiga o sumă mare de bani dacă şi-ar fi urmat măcar o dată intuiţiile. Chiar ar fi devenit bogat. Când am comentat acest lucru spunându-i

că, făcând totul atât de bine pe hârtie, era clar că putea să câştige într-o investiţie reală, Evan a răspuns că piaţa bursieră este volatilă şi că nu ar fi putut fi sigur niciodată că intuiţiile lui s-ar fi dovedit adevărate. Având această ulceraţie de colon, corpul lui Evan a fost practic sfărâmat de incapacitatea de a acţiona după instinct. Nu putea să se convingă să investească nici măcar o sumă mică de bani la bursa de mărfuri. Frica de a-şi asuma un risc distrugea la propriu corpul lui, totuşi, continua să fie obsedat de o afacere care nu este altceva decât risc.

Să-i spun lui Evan să folosească o tehnică de relaxare care ar fi putut să-l ajute, ar fi fost la fel cum i-aş fi spus unui adolescent să fie acasă la timp. Evan avea nevoie să-şi elibereze mintea asemănătoare cu un computer şi să schimbe totul în favoarea instinctelor, intuiţiilor sale. A insistat că instinctele lui nu ofereau o „dovadă” pentru obţinerea rezultatelor, ci doar sugerau posibilităţi.

Şi participanţii la seminariile mele erau în legătură cu intuiţia lor, dar ei credeau că intuiţia înseamnă o direcţie clară, mai degrabă decât o călăuzire intuitivă. Ei sperau că un „tun” bun, rezultat al intuiţiei, le-ar fi dat puterea să-şi reorganizeze viaţa în armonie deplină şi fericire. Călăuzirea intuitivă nu înseamnă să urmăreşti o voce către Pământul Făgăduinţei, înseamnă să ai acea auto-apreciere necesară pentru a recunoaşte că disconfortul sau confuzia pe care le trăieşti, nu sunt altceva decât linii care te îndreaptă spre a lua în stăpânire propria viaţă şi a face alegeri care te vor scoate din stagnare şi nefericire.

Dacă o persoană suferă de subapreciere, nu poate să acţioneze după impulsurile intuitive pentru că fiica de eşec este prea intensă. Intuiţia, ca şi alte discipline ale meditaţiei, poate fi extrem de eficientă dacă, şi numai dacă, cineva poate avea curajul şi puterea personală s-o urmeze în călăuzirea pe care o oferă. Călăuzirea cere acţiune, dar nu garantează securitate. În timp ce ne măsurăm succesul după confortul şi securitatea personală, universul măsoară succesul nostru după cât de mult am învăţat. Atâta vreme cât folosim confortul şi securitatea noastră drept criterii ale succesului, ne vom teme de ghidarea noastră intuitivă pentru că, prin însăşi natura ei, ne conduce în noi cicluri de învăţământ care sunt, uneori, inconfortabile.

Într-unul din seminariile mele, o femeie pe nume Sandy comenta cu mândrie faptul că îşi petrecuse şase ani trăind într-un ashram în India, dezvoltându-şi practica meditaţiei. În fiecare dimineaţă şi seară intra în meditaţie de o oră şi era capabilă să primească în mod clar îndrumări spirituale. Într-o discuţie privată m-a întrebat dacă eu am primit vreo informaţie despre unde ar trebui să trăiască ea şi cum să-şi câştige existenţa. De ce nu primea ea asemenea informaţii în meditaţiile ei, am întrebat-o, adăugând că nu era specialitatea mea consilierea profesională. A răspuns că ea primea îndrumări numai pentru subiecte spirituale. Dar ocupaţia era parte din viaţa ei, am obiectat eu, aşa că era parte şi din spiritualitatea ei. A spus că, pur şi simplu nu primea asemenea informaţii. Apoi am întrebat-o:

„Care este cea mai rea intuiţie pe care ai putea s-o primeşti în meditaţia ta legată de locul unde ar trebui să trăieşti şi ce ar trebui să munceşti?”. A răspuns instantaneu: „Asta e uşor: să mă duc înapoi în învăţământ, în Detroit. Chiar am avut coşmaruri legate de asta”. Atunci, i-am spus: „Eu m-aş gândi să fac exact acest lucru, dacă aş fi în locul tău. Mie mi se pare a fi chiar o călăuzire/6

Un an mai târziu am primit o scrisoare de la Sandy care îmi spunea că după seminarul meu a fost forţată să se întoarcă la profesorat. S-a luptat împotriva acestui lucru atât de mult, încât a început să aibă migrene şi dificultăţi la somn. Între timp, îşi câştiga existenţa ca vânzătoare într-o librărie, unde nu era plătită destul. Aşa că, primind o ofertă să facă nişte ore ca profesor suplinitor în vechea şcoală din districtul ei, a acceptat în numai două luni a introdus un curs extraşcolar de meditaţie pentru elevii de liceu, cu care se întâlnea de două ori pe săptămână după ore. Cursul a avut atâta succes, încât a fost introdus în programa oficială a şcolii în anul următor, iar Sandy a semnat contractul cu mare încântare. Migrenele şi problemele ei de somn au încetat curând după aceea.

A crede în tine însuţi este absolut necesar pentru a te vindeca. Înainte de a înţelege semnificaţia auto-aprecierii în dezvoltarea talentelor intuitive, aş fi afirmat că nu credinţa este cel mai important factor în vindecare. Acum pun pe acelaşi nivel credinţa, auto-aprecierea şi puterea personală, pentru că, o subapreciere reflectă, de fapt, lipsa de credinţă în sine, precum

şi în puterile lumii nevăzute. Fără îndoială, credinţa este vitală pentru a face faţă încercărilor de fiecare zi.

De exemplu, o femeie trecută de douăzeci de ani, Janice, m-a contactat pentru că voia să înveţe să se îngrijească de sănătatea ei. Janice avusese o mulţime de încercări serioase în ceea ce priveşte sănătatea, dar nu m-a întrebat de ce i se întâmplase astfel; era interesată doar să se vindece.

În adolescenţă, Janice avusese o operaţie la colon, pentru îndepărtarea unui blocaj. Când am întâlnit-o, era măritată şi mamă a unui copil şi era în spital pentru a şaptea operaţie abdominală. Cea mai mare parte a tractului intestinal fusese eliminată şi urma să i se facă o colotomie. Nu mai putea mânca nimic solid şi trebuia să fie hrănită numai cu lichide printr-un cateter implantat chirurgical în pieptul ei. Acesta urma să rămână acolo pentru tot restul vieţii. Trebuia să se hrănească chiar înainte de culcare; în timpul nopţii această hrană lichidă curgea în corpul ei. Pentru că această metodă numită hiperalimentaţie era o descoperire nouă, nu era acoperită de asigurarea ei medicală. Să călătorească devenise o mare corvoadă pentru ea deoarece trebuia să care cu ea o groază de echipamente medicale. Pe deasupra tuturor acestor probleme fizice, şi ca un rezultat al lor, Janice şi soţul ei acumulaseră şi datorii imense.

Mă gândeam în drum spre spital că probabil era copleşită de circumstanţele vieţii ei şi că era înspăimântată complet. Dar, spre marea mea

surpriză, ea radia o atitudine şi o energie pozitive. Voia să înveţe despre tehnici energetice precum meditaţia şi vizualizarea pe care să le folosească pentru a-şi îmbunătăţi sănătatea. În timpul conversaţiei noastre a afirmat: „Trebuie să recunosc că atunci când mi-au pus cateterul am simţit autocompătimire, ca să nu mai vorbesc despre sentimentul de vinovăţie. Am simţit că devenisem doar o povară financiară pentru soţul meu şi cu greu puteam fi o soţie acceptabilă. Apoi, trecând pe holurile spitalului şi văzând situaţia în care erau alţi pacienţi, am hotărât că situaţia mea nu era aşa de rea şi mi-am spus că pot să mă descurc.”

După ultima operaţie, Janice se întorsese la şcoală pentru a-şi termina studiile de asistentă medicală. După ce abia îşi pusese oarecum ordine în viaţă, soţul ei i-a cerut să divorţeze.

Atunci mi-a telefonat şi am aranjat întâlnirea. În timpul conversaţiei mi-a spus: „Nu sunt deloc surprinsă că Howard vrea să divorţeze. Mi-a oferit atât sprijin cât a putut în toţi aceşti doisprezece ani, dar numai un mariaj nu a fost asta pentru el. Nu-mi pot permite să fiu amărâtă; am un fiu care are nevoie de mine şi cred profund că negativitatea îmi va spori problemele fizice. Dar sunt speriată – ce să fac de-acum înainte? îţi apare vreo imagine care ar putea să-mi dea curaj?”

Am hotărât că prima prioritate era să parcurgă divorţul şi să aibă pe cât de mult ajutor pentru acest lucru în lunile ce urmau. Când se apropia de final cu procesul de divorţ, Janice a găsit un serviciu la un spital din zonă. S-a mutat

împreună cu fiul ei de zece ani într-un apartament nou şi s-a străduit să-şi facă noi prieteni. A pus pe primul loc viaţa ei spirituală şi în fiecare dimineaţă vizualizau, ea şi fiul ei, viaţa lor ca fiind fericită şi fără nicio lipsă, o acţiune care a permis energiilor spirituale asociate cu Chakra Trei să intre în acţiune: rezistenţa, tăria şi respectul de sine. Era foarte hotărâtă să „se descurce prin propriile puteri” prin această grea încercare. Până la urmă a reuşit. Sănătatea ei a rămas stabilă în această perioadă de tranziţie şi, un an după divorţ, a întâlnit un om minunat şi s-a recăsătorit. Povestea ei ilustrează atât de bine capacitatea spiritului uman de a transcende limitările fizice şi încercările personale atunci când alegerea este de a le răspunde, de a le face faţă cu curaj. Janice a avut zilele ei proaste, în mod sigur, dar a înţeles că autocompătimirea era mult mai dăunătoare decât prezenta condiţie fizică. Atitudinea ei şi practica zilnică spirituală i-au păstrat corpul şi mintea în echilibru, ceea ce reprezenta suportul energetic al Sefiroţilor Nezah şi Hod şi cel al Tainei Confirmării.

Înţelesul simbolic al Tainei Confirmării este acela de a deveni „viu” înăuntru prin asumarea puterii interioare.

Câteodată, auto-aprecierea şi puterea personală conştientă se dezvoltă într-un moment important al vieţii, ceea ce reprezintă o iniţiere în viaţa spirituală adultă. Poate, într-o scânteiere revelatorie, aţi putut vedea cum puteţi să împliniţi o sarcină care până atunci păruse copleşitoare. Poate v-aţi văzut pe voi înşivă puternici şi aţi

înţeles că puteţi împlini orice ţeluri, de la condiţia fizică la succesul financiar.

Dezvoltarea încrederii în împlinirea scopurilor este una din căile prin care puterea personală devine un agent al schimbării personale. În acelaşi timp, şi la fel de important poate apărea un nivel impresionant al schimbării în viaţa spirituală a unei persoane. Asumarea puterii interioare schimbă centrul de greutate al persoanei de la unul exterior la unul interior, un marcaj evident al parcurgerii unui pasaj spiritual.

Cele mai multe culturi au o practică a ritului de trecere prin adolescenţă, un ritual care reprezintă apariţia perioadei spiritului: bar mitzvah în cultura iudaică, de exemplu, şi confirmarea în cea creştină. În multe din tradiţiile indienilor americani, cel puţin din punct de vedere istoric, tinerii erau trimişi departe de tribul lor pentru o vreme să trăiască singuri în sălbăticie pentru a fi iniţiaţi ca luptători. Aceste ceremonii marchează sfârşitul dependenţei tânărului de energia protectoare a puterii tribale şi acceptarea responsabilităţii lui pentru viaţa fizică şi spirituală. Ritualul marchează, de asemenea, şi recunoaşterea tribală a acestei acceptări. Odată „iniţiat”, tânărul devine subiectul unor aşteptări mai mature din partea prietenilor şi familiei sale.

O recunoaştere a puterii sinelui poate să se dezvolte şi în etape, în timpul vieţii, într-o serie de mini-iniţieri. De fiecare dată când avansăm în aprecierea de sine, chiar şi într-o măsură mică, noi schimbăm ceva în dinamica noastră exterioară. De cele mai multe ori nu putem suferi schimbarea,

dar o iniţiere reprezintă necesitatea de a schimba. S-ar putea să încheiem o relaţie de prietenie pentru că am devenit suficient de puternici şi avem nevoie de un alt partener, mai puternic. Sau, putem să renunţăm la un serviciu pentru că avem nevoie să ne eliberăm de tiparele de siguranţă deja obişnuite şi să ne testăm creativitatea. Prea multă schimbare şi care se întâmplă prea rapid poate fi covârşitoare, aşa că încercăm să ne organizăm luând pe rând fiecare provocare. Pe măsură ce facem astfel, una după alta, schimbările prin care trecem formează un alt tipar în călătoria noastră spre puterea personală.

Cele patru etape ale puterii personale

Aprecierea de sine a devenit un cuvânt foarte popular începând cu anii ’60, un deceniu al revoluţiei care a redefinit perspectiva noastră despre puterea individuală. De-abia atunci a devenit acceptată aprecierea de sine ca fiind esenţială pentru sănătatea femeilor şi bărbaţilor, ce a fost redefinită pentru a include sănătatea psihică şi spirituală laolaltă cu cea fizică. Fiecare din următoarele trei decenii au părut că rafinează în continuare această nouă înţelegere a aprecierii de sine. Tendinţele sociale între anii 1960 şi 1990 reflectă dezvoltarea etapelor împuternicirii sinelui pe care fiecare dintre noi le urmăm ca indivizi. După deceniul anilor ’60, un deceniu revoluţionar, a urmat cel al anilor ’70, un deceniu al involuţiei. Energia brută eliberată în deceniul 60, care a spart barierele exterioare, a condus la asumarea sarcinii de a sparge barierele interioare în deceniul 70. Acesta a fost un deceniu care a făcut

ca psihoterapia să devină un cuvânt obişnuit al casei.

Anii ’70 au combinat două noi forţe psihologice. Mai întâi, prea puternicul cuvânt „ego” a fost eliberat din închisoarea sa puritană, în care singurul sufix acceptat era „ism”. Acest cuvânt singur, „egoism”, a fost suficient de puternic el însuşi de-a lungul atâtor secole ca să oprească orice dezvoltare personală pentru marea majoritate a oamenilor. Anii ’70 au transformat şinele într-un prefix acceptabil şi des folosit, precum în automotivat, auto-vindecare, conştienţă de sine (n.t. În engleză şinele – „seif6: self-motivated, self-healing, self-awareness, ceea ce în română se poate traduce prin „auto”). Această schimbare a fost egală cu dăruirea fiecăruia dintre noi a cheii „grădinii secrete”, unde, cu puţin ajutor, putem descoperi că putem într-adevăr merge prin puterile noastre.

Deloc surprinzător, această fascinaţie pentru sine a fost împinsă la extrem. Pentru a testa cât de mare era puterea acestor noi „euri” şi cât de departe ne putea duce, tema anilor ’80 a devenit indulgenţa faţă de ego şi chiar narcisismul. Atmosfera narcisistică ne-a determinat să ne simţim ca şi cum deveniserăm dintr-odată liberi să ne satisfacem toate dorinţele fizice. Şi, într-adevăr, am făcut aşa până la toate extremele. Cât de repede puteam deveni bogaţi? Cât de repede puteam transfera informaţii? Cât de repede puteam transforma lumea într-o planetă tehnică? Cât de repede puteam să slăbim? Cât de repede puteam să ne vindecăm? Chiar şi ţelul de a deveni

conştienţi, la început o misiune sacră cerând o muncă de o viaţă dedicată acestui scop, a devenit ceva ce oamenii au crezut că pot obţine într-o săptămână, dacă plăteau bani suficienţi.

Chiar şi indulgenţa faţă de sine a atins o punct de saturaţie şi, pe când intram în anii ’90, pendulul s-a mai mişcat o dată de la lumea exterioară spre cea interioară, îndreptând toate aceste tipare energetice către evoluţia personală, formarea unui sine atât de puternic încât să fie „în lume, dar nu din lume”, un sine care să se poată bucura de măreţia lumii fizice fără să permită multelor iluzii ale lumii să-i degradeze sufletul.

Revoluţie, „involuţie”, narcisism şi evoluţie sunt cele patru stadii prin care progresăm pentru a obţine preţuirea de sine şi maturitatea spirituală. O persoană adultă, din punct de vedere spiritual, implică în mod subtil calităţile spirituale lăuntrice manifestate în deciziile de fiecare zi. Gândurile „spirituale” ale cuiva şi activităţile sale sunt inseparabile de celelalte aspecte ale vieţii: totul devine una.

O persoană poate petrece mulţi ani în fiecare din aceste faze sau doar luni, dar, indiferent de cât de mult durează fiecare etapă, inevitabil ea va trebui să depăşească provocările specifice fiecăreia dintre aceste etape, adresate caracterului său, eticii, moralităţii şi a respectului de sine.

Trebuie să muncim pentru a ne descoperi pe noi înşine, pentru a înţelege de ce avem secrete sau de ce suntem dependenţi, de ce punem vina pe alţii pentru erorile noastre. Trebuie să muncim

pentru a înţelege de ce ni se pare atât de dificil să primim sau să facem un compliment sau dacă purtăm ruşine în sufletul nostru. Trebuie să ne acomodăm cu ideea de a fi mândri de caracterul nostru şi de realizările noastre. Trebuie să învăţăm parametrii caracterului nostru, cât din noi înşine vom compromite şi unde trebuie să tragem o linie sau dacă trebuie să tragem o linie. Crearea unei identităţi pentru noi înşine se bazează pe o auto-descoperire şi nu pe moştenirile biologice şi etnice. Prima etapă a auto-descoperirii este revoluţia.

Etapa întâi: Revoluţia

Dezvoltarea preţuirii de sine este un act revoluţionar sau o serie de mini revoluţii prin care începem să ne separăm de gândirea/mentalitatea de grup şi să ne stabilim sensul personal de autoritate. S-ar putea să realizăm brusc că avem o opinie diferită de cea a familiei sau de cea a colegilor noştri, dar, în orice caz, ne va fi greu să ne eliberăm din energia grupului a cărui putere depinde de numărul membrilor şi de opoziţia faţă de cele mai multe expresii de individualitate.

A ne găsi propria noastră voce, chiar şi în mini-revoluţii, este foarte important din punct de vedere spiritual. Maturitatea spirituală este măsurată nu după opiniile sofisticate ale unei persoane, ci după onestitatea lor şi după curajul necesar pentru a le exprima şi menţine. Prin curaj nu înţeleg încăpăţânarea dintre două persoane care se înfruntă precum cerbii, în coame. Acea dinamică este sub imperiul puterii Chakrei Doi. Maturitatea spirituală, prin contrast, este

capacitatea de a asculta argumentele cuiva pentru susţinerea credinţei sale interioare sincere.

Jerry m-a contactat pentru o evaluare deoarece suferea de ulcer. Am avut o puternică intuiţie că era implicat într-o relaţie cu o femeie care viola codul lui moral. Am perceput că se simţea atât protector faţă de această femeie, cât şi dezamăgit de ea, că, de asemenea, în egală măsură era dezamăgit de el însuşi pentru că nu era capabil să-i spună adevărul despre sentimentele lui. Când i-am mărturisit impresiile mele, mi-a spus că Jane, partenera lui, era dependentă de droguri. O întâlnise pe vremea când era „curată" şi după o lună s-a mutat cu el. Totul părea că merge bine vreme de vreo două luni, când, purtarea lui Jane a început să se schimbe. A întrebat-o dacă începuse din nou cu drogurile, dar ea a negat, spunându-i că era într-o stare mai capricioasă pentru că ar fi vrut să-şi schimbe serviciul, numai că nu avea nicio idee unde să se ducă. La început a crezut-o, apoi a observat că începuseră să-i lipsească bani din portofel. Când a întrebat-o despre bani, Jane i-a spus că avusese nevoie de ei pentru diverse lucruri în gospodărie şi s-a scuzat că nu i-a menţionat despre aceasta. Poveştile lui Jerry despre minciunile lui Jane au umplut treizeci de minute din conversaţia noastră.

L-am rugat pe Jerry să unească punctele, să pună lucrurile cap la cap. Nu avusese ulcer înainte de a locui cu Jane. Problema lui nu era Jane, ci faptul că dorea cu disperare să-i spună că nu credea în scuzele ei. S-a oprit pentru o clipă, apoi

mi-a spus că nu voia să se gândească la faptul că făcuse ulcerul din cauza lui Jane. Se angajase faţă de ea şi ar fi fost greşit să abandoneze o persoană aflată în nevoie. Era speriat că dacă ar fi fost să stea faţă în faţă cu ea şi să rostească adevărul, ea l-ar fi părăsit. L-am întrebat: „Ce doreşti să pierzi mai degrabă: sănătatea ta sau pe Jane?”, adăugând că el se confrunta deja cu Jane, numai că ulcerul lui vorbea în locul lui. Două zile mai târziu, Jerry m-a sunat să-mi spună că o rugase pe Jane să se mute. Spre surpriza lui, s-a simţit uşurat după această decizie. „Nu credeam că aveam curajul ăsta, dar chiar nu mai puteam trăi în felul acela în continuare. Mai degrabă să trăiesc singur decât în minciună”.

A se confrunta cu Jane a fost pentru Jerry o revoluţie personală. În acea experienţă el a învăţat că trebuia să cinstească şi să respecte valorile sale personale şi că avea curajul să ia decizia pe care trebuia să o ia.

Când dezvoltăm acest fel de tărie interioară, chiar şi într-o măsură mică, devenim mult mai capabili de o adevărată introspecţie şi de o adevărată auto-examinare. În acest fel înlocuim treptat influenţele minţii de grup sau tribale cu ghidarea noastră interioară sau intuitivă. Odată început acest proces, următorul pas firesc este „involuţia”, explorarea sinelui nostru interior.

Etapa a doua: „În voluţia”.

Cu fiecare nou eveniment sau fiecare nouă descoperire pe care o facem, sinele nostru interior se întreabă: „Ce altceva mai cred? Ce altceva mai cred? Vreau să mă cunosc mai bine. Aceasta este

o cerere de informaţii”. În fiecare situaţie nouă, informaţia curge în instinctele noastre. Avem senzaţii despre oamenii noi sau faţă de situaţiile noi. În această fază, „involuţia”, noi evaluăm lumea exterioară şi evaluăm cât de bine serveşte ea nevoilor noastre. Deseori, această autoexaminare ne împinge spre a ne concentra asupra relaţiilor noastre cu Dumnezeu şi asupra scopului vieţii noastre, dar mai întâi trebuie să dezvoltăm o robusteţe interioară care ne dă tăria pentru a suporta consecinţele gândirii autoexaminatoare. Oamenii au recunoscut că atunci când îi întreb anumite lucruri care cer o reflecţie asupra sinelui lor, ei preferă să „iasă afară” pentru că nu vor să ştie, să se cunoască pe ei înşişi prea bine. Sau ar putea spune: „Nu ştiu. Nu m-am gândit niciodată la asta” la care eu le răspund: „Păi, atunci gândeşte-te acum!”. De ce este atât de des întâlnit acest răspuns? Pentru că, autocunoaşterea promovează alegerea şi acţiunea, dar mulţi oameni nu se simt pregătiţi pentru niciuna dintre acestea.

Am întâlnit-o pe Emma la unul din seminariile mele. O femeie trecută de cincizeci de ani care tocmai terminase chimioterapia pentru cancer de colon. Avea şase copii, toţi adulţi în prezent. Mi-a spus că acest cancer devenise inspiraţia ei. În timpul perioadei de recuperare înţelesese că în timp ce copiii ei o iubeau sincer, totuşi, parcă iubeau mai mult partea aceea de „servitor” din ea. Şi mai dureros a fost să-i audă spunând pe patru dintre copiii ei că acum va trebui să caute pe altcineva să le facă treburile şi

cam când credea că îşi va putea relua activitatea. Emma a înţeles că trebuia să-şi re-evalueze rolul în propria viaţă şi ce anume trebuia să vindece în viaţa ei.

Revoluţia a condus-o spre o perioadă de interiorizare în care a citit mult despre autovindecare şi conştienţa de sine. Ajunsese să înţeleagă că trăise pentru copiii ei şi acum voia să trăiască pentru ea însăşi. I-au trebuit câteva luni să-şi adune curajul să schimbe regulile în gospodăria ei, dar le-a schimbat. Şi-a anunţat copiii că nu mai puteau conta pe ea pentru a sta cu copiii lor, că nu mai puteau conta pe ea pentru pregătirea meselor principale şi că nu va mai renunţa la nimic din ce face ea pentru a da fuguţa să-i ajute atunci când au ei treabă. Pe scurt, şi-a afirmat dreptul de a spune nu. Copiii ei au fost atât de supăraţi de acest anunţ încât au organizat o întâlnire de familie (întâlnire tribală) pentru a discuta cum să se poarte cu ea. Emma a rămas pe poziţia ei şi le-a spus că va trebui ca ei să se adapteze la faptul că şi ea era un individ care avea nevoile sale, la fel de mult pe cât era şi mama lor, şi că ieşea la pensie din funcţia de mamă pentru totdeauna.

Povestea Emmei ne arată cum această fază a „involuţiei” este urmată de naşterea unei imagini de sine narcisistă.

Etapa a treia: Narcisismul

Deşi are o proastă reputaţie, narcisismul este uneori o extrem de necesară energie pentru noi pe măsură ce muncim pentru a dezvolta un puternic sens al sinelui. Dăruindu-ne o nouă imagine, o

nouă pieptănătură, haine noi, poate chiar şi o nouă formă a corpului prin exersarea lui, indică faptul că aceste schimbări se întâmplă şi în noi. Cât suntem în această etapă vulnerabilă, s-ar putea să întâlnim anumite reacţii majore critice de la grupul nostru de asociaţi, de la trib. Dar energia narcisistă ne dă curajul să ne re-creăm pe noi şi limitele noastre indiferent de opoziţie. Schimbările din această etapă ne pregătesc pentru o şi mai importantă schimbare interioară ce va urma.

Gary a descris această etapă foarte frumos atunci când a povestit într-un seminar că a început dintr-odată să se îmbrace frumos pentru concerte şi piese de teatru, deşi înainte purta întotdeauna blugi şi tricouri. Înainte, chiar şi numai gândul că s-ar putea despărţi de prietenii lui şi de obiceiurile sale îl făcea să transpire rece, dar a văzut în această etapă cea mai importantă achiziţie pentru el, pentru că vrusese să vadă cum este „să fie privit cu invidie”. Nu voia să fie invidiat, voia să se elibereze de sub controlul grupului pe care prietenii lui îl exercitau asupra lui determinându-i păstrarea unei imagini umile. Gary a spus că era homosexual şi, când l-am întrebat dacă a fost cinstit faţă de familia sa în legătură cu acest subiect, a răspuns că „nu, nu încă. Încerc să dobândesc acel nivel de preţuire de sine. Fiecare lucru la timpul lui. Imediat cum voi deveni suficient de puternic pentru a mă îmbrăcă cum vreau, voi munci pentru a deveni suficient de puternic pentru a fi cine vreau să fiu”.

A fi cine vrem să fim poartă semnificaţia celei

de-a patra etape: evoluţia.

A patra etapă: Evoluţia

Această ultimă etapă în dezvoltarea preţuirii de sine este una internă. Oamenii care îşi pot menţine principiile, demnitatea şi credinţa fără să-şi compromită energia spiritului sunt evoluaţi interior, sunt oameni precum Ghandi, Maica Tereza şi Nelson Mandela. Bineînţeles, lumea este plină de oameni cu reputaţii mult mai mici care au atins acest nivel de autopreţuire, dar spiritele acestor trei oameni au pus stăpânire pe mediul fizic înconjurător şi totul s-a schimbat înjur pentru a se acomoda cu puterea spiritelor acestora.

Toţi aceşti trei qşneni au fost consideraţi prea narcisişti în timpul acestei perioade a dezvoltării lor. Maica Tereza, de exemplu, a fost aproape obligată să plece din două comunităţi religioase la începuturile activităţii ei din cauza felului în care privea ea serviciul faţă de săraci, care era mult mai intens decât puteau suporta celelalte surori. În acele timpuri se credea despre ea că este absorbită de sine însăşi şi narcisistă. A trebuit să treacă printr-o perioadă de adâncă reflecţie spirituală şi, când a venit vremea, a acţionat după intuiţia ei. Ca şi Ghandi şi Mandela, a intrat într-o fază de evoluţie în care personalitatea a devenit persona – o forţă arhetipală din care milioane de oameni au putut să se inspire. Pe măsură ce spiritul preia comanda, lumea se va supune forţei sale.

Încercări de-a lungul Călătoriei

Chiar dacă această călătorie are numai patru etape, nu este deloc simplu să obţii independenţa,

să înaintezi în dezvoltarea înţelegerii de sine, a respectului de sine. Chakra Trei este plină de energia ambiţiilor noastre personale, de energia simţului responsabilităţii şi de cea a respectului nostru faţă de puterile şi slăbiciunile noastre, precum şi de spaimele noastre şi secretele pe care încă nu avem curajul de a le aduce la suprafaţă. Pentru că deseori suntem sfâşiaţi de conflicte personale, apare în calea noastră încercarea spirituală de „a ne goli pentru a putea fi umpluţi”, de a ucide vechile obiceiuri şi imagini despre sine pentru a putea renaşte. Totuşi, calea de a dezvolta independenţa şi maturitatea este mai mult decât un act psihologic de sănătate. A deveni adept al procesului intern de auto-cercetare şi al revelaţiei simbolice este o sarcină spirituală vitală care ne conduce către creşterea încrederii în sine.

Îmi place povestea lui Chuck pentru că surprinde esenţa spirituală a sintagmei: Respectă-te pe tine însuţi. Chuck venea dintr-o familie foarte conservatoare din Europa de Est.

Influenţa familiei sale era puternică în toate atitudinile sociale şi valorile religioase. Copiii urmau să crească şi să semene părinţilor lor. Chuck era un outsider în familia lui: nu-i plăceau sporturile şi petrecerile cu bere şi era atras de ideile liberale şi de prieteni. În timpul liceului trăia deja o viaţă dublă, păstrând interesele personale şi prietenii departe de viaţa de acasă. La sfârşitul liceului ştia deja că este homosexual, ceea ce a intensificat nevoia lui de a avea o viaţă dublă, de vreme ce ştia că familia nu ar fi putut niciodată să suporte homosexualitatea lui. Chuck a

părăsit casa părintească şi a călătorit în străinătate pentru a învăţa despre alte culturi; a învăţat multe limbi străine.

Când s-a întors în oraşul natal, avea deja câteva diplome universitare, şi totuşi, era încă deprimat. Când l-am întâlnit avea în mod clar nevoie să se oprească din călătorii şi să se aventureze în călătoria interioară. Am vorbit despre viaţa lui în termeni simbolici, recunoscând în reala sa motivaţie de a trăi în alte ţări faptul că nu se simţea confortabil în situaţia lui de outsider în familia sa. Avea nevoie disperată să fie acceptat de ei, şi totuşi ştia că întâi avea nevoie să se accepte el însuşi. Încă nu putea trăi deschis, nu putea recunoaşte faptul că era homosexual, ceea ce îl îngrijora pentru că, după cum spunea el, „Nu pot considera că am acceptat că sunt homosexual de vreme ce singurii oameni care ştiu asta sunt doar prietenii mei homosexuali. Frica mea cea mai mare este că dacă îmi voi analiza sentimentele, voi descoperi că, până la urmă, eu însumi nu mă pot accepta în mod sincer. Atunci, ce voi face?”

Chuck era un devotat al studiilor în domeniul misticului şi avea o practică spirituală care includea rugăciunea, meditaţia şi practica bisericească. I-am sugerat să facă un pelerinaj spiritual în locurile despre care citea cu plăcere şi să-şi îndrepte intenţia spirituală către acceptarea de sine. Mi-a citat un prieten de-al său care îi spusese: „Pelerinajul este un misticism extravertit, la fel cum misticismul este un pelerinaj introvertit”.

În vara următoare Chuck a plecat în Europa

pentru a vizita Fatima, Lourdes şi alte câteva locuri care reprezentau sacrul pentru el. În fiecare loc a făcut câte o ceremonie spirituală în care a eliberat câte o parte dureroasă din trecutul său, cerând capacitatea de a se accepta complet pe sine însuşi. Când s-a întors acasă, Chuck era deja schimbat. Era liber şi „viu" în felul în care noi toţi suntem meniţi să fim. Se eliberase de umbră şi radia lumină. Unul din primele lucruri pe care le-a făcut a fost să-şi adune familia şi să le spună că este homosexual. Era pregătit pentru orice fel de reacţie a lor, dar, spre încântarea lui, familia a acceptat vestea cu uşurinţă. Călătoria spirituală a lui Chuck i-a adus independenţa faţă de trecutul lui şi faţă de fficile zilei de mâine, precum şi o adâncă încredere în sine însuşi. Ne aflăm cu toţii într-un pelerinaj de diferite feluri, deşi, nu este nevoie să călătorim fizic către locurile sacre şi să facem anumite ceremonialuri pentru a ne elibera de trecut. Totuşi, este necesar să călătorim spiritual şi să ne eliberăm de fricile care ne împiedică să recunoaştem frumuseţea din vieţile noastre, şi să ajungem într-un loc al vindecării şi al acceptării de sine. Putem face acest tip de călătorie în fiecare zi în intimitatea rugăciunilor şi a meditaţiilor noastre.

Poeta Dorothy Parker spunea odată: „Urăsc scrisul. Mi-ar fi plăcut să fi scris deja". Acelaşi lucru poate fi spus despre dezvoltarea puterii personale: pare că ai atins paradisul atunci când ai ajuns, dar călătoria până acolo este lungă şi grea. Viaţa ne aduce mereu la înţelegerea importanţei cuvintelor lui Polonius: „Fii sincer cu

tine însuţi” pentru că fără puterea personală, viaţa este înspăimântătoare şi e o experienţă duroroo-a.

A lucra cu intuiţia nu ne permite să trecem peste încercarea de a da piept cu fricile noastre. Nu există nicio scurtătură pentru a deveni o persoană completă, iar anumite abilităţi intuitive nu sunt răspunsul, ci doar consecinţele naturale ale aprecierii de sine. Suntem aliniaţi biologic pentru a învăţa această lecţie: corpurile noastre prosperă, înfloresc atunci când spiritele noastre înfloresc. Chakra Trei încorporează adevărul sacru „Cinsteşte-te/Respectă-te pe tine însuţi”, un adevăr care este sprijinit de înţelesul simbolic ai Sefiroţilor Nezah şi Hod şi de Taina Confirmării. Pe măsură ce câştigăm în tărie şi în determinare, ceea ce apare în urma trăirii într-o adevărată apreciere de sine, abilităţile noastre intuitive apar în mod natural.

Întrebări pentru auto-examinare

1. Te placi? Dacă nu, ce nu-ţi place la tine însuţi şi de ce? Lucrezi conştient pentru a schimba lucrurile care nu-ţi plac la tine?

2. Eşti cinstit? Ţi se întâmplă să interpretezi greşit adevărul? Dacă da, de ce?

3. Eşti critic faţă de alţii? Ai nevoie să-i învinovăţeşti pe alţii pentru a te proteja pe tine?

4. Eşti capabil să admiţi atunci când greşeşti? Eşti deschis să auzi părerile altora despre tine?

5. Ai nevoie să te aprobe alţii? Dacă da, de ce?

6. Te consideri puternic sau slab? Te temi să ai grijă de tine însuţi?

7. Ţi-ai permis vreodată să ai o relaţie cu o persoană pe care nu o iubeai cu adevărat, dar era oricum mai bine decât să fii singur?

8. Te respecţi? Poţi să iei decizii pentru a face schimbări în stilul tău de viaţă şi apoi să te menţii angajat în aceste schimbări?

9. Te temi de responsabilitate? Sau te simţi responsabil pentru orice şi oricine?

lO.îţi spui mereu că ţi-ai dori ca viaţa ta să fi fost altfel? Dacă da, faci ceva pentru a o schimba sau te-ai resemnat cu situaţia ta prezentă?

CAPITOLUL IV

Chakra Patru: Puterea emoţională

Cea de-a patra chakră este centrala sistemului energetic uman. Chakra de mijloc mediază între corp şi spirit şi determină sănătatea şi rezistenţa lor. Energia Chakrei Patru este emoţională în natura ei şi ajută la dezvoltarea noastră emoţională. Această chakră încorporează lecţia spirituală care ne învaţă cum să acţionăm din iubire şi compasiune şi să recunoaştem că cea mai puternică energie pe care o avem este iubirea.

Localizare: Centrul pieptului.

Conexiuni energetice cu corpul fizic: Inima şi sistemul circulator, coastele, sânii, glanda timus, plămânii, umerii, braţele, mâinile, diafragma.

Conexiunea energetică cu corpul emoţional/mental: Această chakră rezonează cu percepţiile emoţionale care determină calitatea vieţii noastre mult mai mult decât percepţiile mentale. Cât suntem copii, noi reacţionăm la situaţiile întâlnite în viaţă având o gamă largă de emoţii: iubire, compasiune, încredere, speranţă,

disperare, ură, invidie şi frică. Cu adulţi, suntem provocaţi să generăm în noi înşine un climat emoţional şi o stabilitate astfel încât să acţionăm conştient şi cu compasiune.

Conexiunea simbol/percepţie: Mai mult decât orice altă chakră, Chakra Patru reprezintă capacitatea noastră de a ne lăsa în grija lui Dumnezeu, de a ne pune viaţa în mâinile Lui. Cu ajutorul energiei acestei chakre noi acceptăm încercările personale emoţionale drept extensii ale Planului Divin, al cărui scop şi a cărei intenţie este evoluţia noastră personală. Eliberând durerea emoţională, renunţând la nevoia noastră de a şti de ce lucrurile s-au întâmplat în felul în care s-au întâmplat, atingem o stare de linişte. Totuşi, pentru a atinge starea de pace interioară, trebuie să îmbrăţişăm energia vindecătoare a iertării şi să eliberăm nevoia de judecată umană auto-determinată.

Conexiunea Sefirot/Taină: Chakra Patru corespunde sefirotului TIF eret, simbol al frumuseţii şi compasiunii din Dumnezeu. Această energie reprezintă inima Divinului, o fără de sfârşit sursă din care se revarsă continuu forţa vitală hrănitoare. Taina Căsătoriei este similară energiei Chakrei Patru. Ca arhetip, căsătoria reprezintă prima şi cea mai importantă legătură cu şinele, uniunea internă dintre sine şi suflet.

Provocarea conţinută în Chakra Patru este similară cu cea din Chakra Trei, dar, spiritual vorbind, este mai sofisticată. În timp ce atenţia Chakrei Trei este îndreptată asupra sentimentelor noastre faţă de noi înşine în relaţie cu lumea

fizică, atenţia Chakrei Patru este îndreptată asupra sentimentelor noastre faţă de lumea interioară, răspunsul emoţional la propriile gânduri, idei, atitudini şi aspiraţii, la fel şi asupra atenţiei pe care o dăm propriilor nevoi emoţionale. Acest nivel de angajare este factorul esenţial în formarea relaţiilor sănătoase cu alţii.

Fricile de bază: Frica de singurătate, de angajament, de a-ţi urma inima; frica de incapacitatea de te proteja emoţional; frica de slăbiciuni emoţionale şi de trădare. O pierdere a energiei Chakrei Patru poate da naştere geloziei, amărăciunii, furiei, urii şi incapacităţii de a-i ierta atât pe alţii, cât şi pe sine.

Puterile fundamentale: Iubire, iertare, compasiune, devotament, inspiraţie, speranţă, încredere şi capacitatea de te vindeca şi de a-i vindeca pe alţii.

Adevărul sacru: Chakra Patru este centrul de putere al sistemului energetic uman pentru că *Iubirea Este Puterea Divină*. Dacă inteligenţa sau „energia mentală” este considerată, în general, superioară energiei emoţionale, în realitate, energia emoţională este adevăratul motivator al corpului uman şi al spiritului. Iubirea în forma ei pură – iubirea necondiţionată – este substanţa Divinului, cu capacitatea sa fără sfârşit de a ne ierta şi de a răspunde rugăciunilor noastre. Inimile noastre sunt concepute pentru a exprima frumuseţea, compasiunea, iertarea şi iubirea. A acţiona altfel este împotriva naturii spirituale.

Nu ne naştem fluenţi în iubire, dar ne petrecem viaţa învăţând să facem acest lucru.

Energia iubirii este pură putere. Suntem în aceeaşi măsură atraşi de iubire, în care suntem şi intimidaţi de ea. Suntem motivaţi de iubire, controlaţi de iubire, inspiraţi de ea, vindecaţi de iubire şi distruşi de iubire. Iubirea este combustibilul corpurilor noastre fizice şi spirituale. Fiecare din încercările vieţii este o lecţie despre un anumit aspect al iubirii. Felul în care răspundem acestor încercări este înregistrat în ţesuturile celulelor noastre: trăim după consecinţele biologice ale alegerilor noastre biografice.

Să învăţăm Puterea Iubirii

Pentru că iubirea are o asemenea putere, ajungem să cunoaştem energia ei în etape. Fiecare etapă ne prezintă o lecţie despre intensitatea iubirii şi despre formele ei: iertarea, compasiunea, generozitatea, bunătatea, grija faţă de sine şi faţă de alţii. Etapele urmează tiparul chakrelor: începem să învăţăm iubirea în interiorul tribului, absorbind cele mai multe expresii ale energiei sale de la membrii familiei noastre. Iubirea tribală poate fi necondiţionată, dar, în general, se referă la loialitate şi la sprijinul tribal; în construcţia tribului iubirea este o energie care este împărţiţă între cei asemenea.

Pe măsură ce se trezeşte Chakra Doi şi învăţăm legăturile de prietenie, iubirea creşte şi începe să-i includă şi pe cei „străini”. Ne exprimăm iubirea împărtăşind-o altora şi având grijă de oameni cu care nu suntem legaţi prin sânge. Şi, pe măsură ce se trezeşte Chakra Trei, începem să descoperim iubirea de cele exterioare,

iubirea faţă de nevoile noastre personale, fizice şi materiale, care pot include sporturile, educaţia universitară, moda, rendez-vous-urile, ocupaţia, casa şi corpul nostru.

Toate aceste trei chakre implică iubirea în lumea exterioară. Într-o vreme din istoria civilizaţiei omeneşti, aceste trei practici ale iubirii erau tot ceea ce ne cerea viaţa. Foarte puţini oameni au simţit nevoia de mai mult decât iubirea tribală şi partenerială. Odată cu apariţia psihoterapiei şi a mişcării spirituale, iubirea a devenit recunoscută ca o forţă ce influenţează şi probabil determină activitatea biologică. Iubirea ne ajută să-i vindecăm pe alţii şi să ne vindecăm pe noi.

Crizele de viaţă care au la bază probleme de iubire, divorţul, moartea unei persoane iubite, abuzul emoţional, abandonul, adulterul sunt deseori cauza unei boli, nu doar un eveniment care, prin coincidenţă precede boala. Vindecarea fizică cere deseori vindecarea problemelor emoţionale.

Jack, un tâmplar de patruzeci şi şapte de ani, investise o mare parte din economiile lui de-o viaţă într-o afacere creată de vărul lui, Greg. Descriindu-se pe sine drept un „novice în afaceri”, Jack mi-a spus că Greg părea că ştie întotdeauna exact ceea ce făcea cu investiţiile şi că promisese că această mare investiţie îi va ajunge lui Jack pentru a se pensiona devreme. Soţia lui Jack, Lynn, era mai circumspectă în privinţa folosirii tuturor economiilor lor într-o afacere care nu oferea nicio garanţie de recuperare, numai că Jack

a avut încredere în vărul lui şi a simţit că totul se va petrece exact aşa cum fusese anticipat.

Patru luni mai târziu, afacerea a eşuat şi Greg a dispărut. Două luni după aceasta, Jack a suferit un accident de lucru, rănindu-şi spatele. A început să aibă probleme cu tensiunea arterială şi a devenit depresiv. A apărut într-unul din seminariile mele pentru că Lynn l-a forţat să vină, în disperarea ei de a-l scoate din starea de incapacitate.

Unele probleme de sănătate sunt atât de evidente încât orice persoană poate să unească punctele şi să vadă care este cauza. Stresul financiar al lui Jack, cuplat cu sentimentul că vărul lui profitase de el, au devenit, fără îndoială, focul furiei care s-a trezit în psihicul lui, rezultând în slăbirea spatelui şi a nervului sciatic. Furia a contribuit şi la creşterea tensiunii, de vreme ce a început să realizeze gafa grosolană de a avea încredere în promisiunea de bogăţie pe care i-o făcuse vărul său.

Jack era „bolnav de inimă” ca rezultat al trădării săvârşite de Greg şi al sentimentului de a-şi fi dezamăgit soţia.

Când am ajuns la subiectul iertării, Jack a devenit atât de iritat încât mi-a cerut permisiunea să iasă din sală. Nu voiam să plece, pentru că ştiam că avea mare nevoie să audă acele informaţii pe care le prezentam, dar, m-am uitat la faţa lui şi mi-a fost clar că nu s-ar fi petrecut nimic altceva decât să se adauge ceva disconfortului deja existent. Lynn i s-a adresat lui Jack ca şi cum numai ei doi erau în sală, i-a luat mâna şi i-a spus

că, deşi se pedepsea pentru ceea ce acum considera un act de prostie, în ceea ce o privea pe ea, el a acţionat din iubire.

— Niciodată nu voi crede că un act de iubire este răplătit cu durere, a continuat ea. Cred că dacă îţi schimbi perspectiva şi menţii adevărul că ai ajutat pe cineva din iubire, pentru că aşa ţi s-a părut corect, atunci, cumva, toate astea se vor rezolva. Nu vreau ca furia pe care o simţi faţă de vărul tău să distrugă restul vieţii noastre, aşa că eu zic să mergem mai departe.

Jack a început să plângă, bolborosind cuvinte de iertare, dar şi de mulţumire pentru soţia sa. Ceilalţi participanţi la seminar erau şi ei foarte impresionaţi, aşa că am făcut o pauză pentru a le permite lui Jack şi Lynn să aibă puţină intimitate. În timp ce părăsea camera, Lynn m-a rugat să-i însoţesc, apoi mi-a spus: „Cred că acum putem pleca. Jack şi cu mine vom fi bine”.

I-am căutat câteva luni mai târziu să văd ce fac. Lynn mi-a spus că Jack se întorsese la lucru şi că încă mai avea probleme cu spatele, dar nu-l mai durea aşa tare. Amândoi se simţeau extraordinar de eliberaţi de nenorocirea lor financiară, pentru că amândoi erau capabili să ierte în mod sincer tot ceea ce se întâmplase şi să meargă mai departe. „N-am mai auzit nimic de Greg, a adăugat ea, dar bănuim că se gândeşte mai mult la ceea ce a făcut, mult mai mult decât o facem noi”.

Acest cuplu este un exemplu de putere spirituală a energiei inimii. Compasiunea care s-a revărsat din inima lui Lynn în corpul lui Jack i-a oferit ajutorul de care avea nevoie pentru a-şi

ierta vărul şi pe sine însuşi şi pentru a merge mai departe.

Iubirea de sine – calea către Divin

Expresia „Dacă nu te poţi iubi pe tine însuţi, nu poţi iubi pe nimeni” este un loc comun. Totuşi, pentru mulţi oameni, a se iubi pe sine rămâne o vagă noţiune care, deseori este folosită în sensul material, cum ar fi cumpărături excepţionale sau vacanţe extravagante. A te răsplăti cu vacanţe şi jucării ţine de iubirea din Chakra Trei – folosirea plăcerii fizice pentru a exprima aprecierea de sine. Deşi acest tip de răsplată este plăcut, el poate obstrucţiona contactul cu cele mai adânci tresăriri emoţionale ale inimii care apar atunci când trebuie să evaluăm o relaţie, o slujbă sau alte situaţii tulburătoare care ne afectează sănătatea. A te iubi prin prisma Chakrei Patru înseamnă a avea curajul de a-ţi asculta mesajele conţinute în emoţiile pe care ţi le transmite inima, precum şi directivele spirituale. Arhetipul către care inima ne trimite cel mai des este cel al vindecării „copilului rănit”.

„Copilul rănit” din fiecare dintre noi conţine tipare emoţionale de afecţiuni şi răni din copilăria şi adolescenţa noastră, tipare ale amintirilor dureroase, ale atitudinilor negative şi ale imaginilor de sine disfuncţionale. Fără să ştim, putem continua să operăm din cadrul acestor tipare şi ca adulţi, chiar dacă într-o formă nouă. Frica de abandon, de exemplu, devine gelozie. Abuzul sexual devine o disfuncţionalitate sexuală, deseori cauzând o repetiţie a aceloraşi violări chiar cu propriii noştri copii. O imagine de sine

negativă a unui copil poate deveni mai târziu sursa unor disfuncţionalităţi precum anorexia, obezitatea, alcoolismul şi alte dependenţe cum ar fi fiica obsesivă de eşec. Aceste tipare pot produce multe daune relaţiilor noastre emoţionale, vieţii noastre personale şi profesionale şi sănătăţii noastre. A te iubi pe tine însuţi începe prin confruntarea cu această forţă arhetipală din interiorul psihicului nostru şi prin înlăturarea autorităţii pe care copilul rănit o are asupra noastră. Nevindecate, rănile ne fac prizonierii trecutului nostru.

Derek este un om de afaceri de treizeci şi şapte de ani, care a participat la unul din seminariile mele pentru că dorea să rezolve amintiri dureroase din copilăria sa. Derek fusese abuzat grav în copilărie. Bătut în mod repetat şi ţinut flămând atunci când îi era foame, fusese forţat şi să poarte pantofi care erau ori prea mari ori prea mici pentru el, tot ca o formă de pedeapsă. Derek şi-a părăsit casa părintească la terminarea liceului, s-a înscris la colegiu şi, apoi, a intrat în afaceri. Când l-am întâlnit avea o căsătorie fericită şi doi copii mici. După cum s-a exprimat el, venise timpul să dea piept cu amintirile copilăriei, pe care, până atunci, reuşise să le ţină la distanţă, cum, de altfel, îi ţinuse şi pe părinţii lui. Tatăl lui Derek murise de curând, iar mama sa era foarte dornică să refacă oarecum legătura cu el. Derek a fost de acord să-şi întâlnească mama şi, la prima lor întâlnire, i-a cerut să-i explice de ce s-au purtat atât de urât cu el în copilărie.

La început, mama a negat orice abuz, dar, până la urmă, a pus întreaga vină asupra tatălui pentru cele câteva incidente de care îşi mai amintea, spunând că dacă ar fi înţeles că Derek era aşa nefericit, ar fi făcut ceva. Apoi a fost cuprinsă de emoţie şi l-a întrebat pe Derek cum de putea să o trateze cu atâta duritate, având în vedere că rămăsese văduvă de curând. Acesta este un răspuns tipic din partea unui părinte abuziv care este pus în situaţia unei discuţii directe cu propriul copil devenit adult.

Derek a ascultat cu atenţie ceea ce am spus despre amintirile noastre individuale şi de trib. Nu credea că părinţii lui au fost nişte oameni răi, ci doar nişte persoane speriate care probabil nici nu înţelegeau consecinţele propriilor fapte. La sfârşitul seminarului, Derek a spus că auzise multe lucruri la care să se gândească şi că era recunoscător pentru aceasta.

Patru sau cinci luni mai târziu, Derek mi-a trimis un bilet. Decisese că viaţa era prea scurtă pentru a rămâne ancorat în amintiri dureroase şi că a ales să creadă că întoarcerea mamei în viaţa sa era o oportunitate pentru a-i arăta acesteia, chiar prin exemplul căsătoriei lui şi a felului în care se purta ca părinte, un mod mult mai iubitor de a trăi viaţa. Îşi vedea mama în mod regulat şi credea că într-o zi, curând, „totul va fi bine”.

Povestea lui Derek vorbeşte despre călăuzirea ce vine de la Sefirotul Tif’eret care i-a transmis că trebuia să îşi reconsidere amintirile emoţionale. Aşa cum se întâmplă pentru fiecare dintre noi, această călăuzire a venit într-o

perioadă în care Derek era suficient de matur pentru a o folosi. A urma călăuzirea intuitivă este cea mai înaltă formă de prevenire a îmbolnăvirilor. Energiile spirituale ale inimii lui Derek l-au alertat în privinţa amintirilor dureroase care ar fi putut să-i afecteze sănătatea fizică. Sistemul intuitiv al fiecărui om funcţionează astfel. Rar se întâmplă să nu ne atragă atenţia asupra unor curente negative care ne pot afecta şi o vor face ori să nu ne arate cum putem alege să ne eliberăm de aceste energii negative înainte ca ele să devină o boală fizică.

Vindecarea este posibilă prin actele noastre de iertare. În viaţa şi în învăţăturile lui Iisus, iertarea este actul spiritual al perfecţiunii, dar este, de asemenea, şi un act de vindecare. Iertarea nu mai este doar o opţiune, ci o necesitate pentru a obţine vindecarea. Iisus a vindecat mai întâi suferinţele emoţionale ale pacienţilor săi; apoi, vindecarea fizică urma în mod natural. În timp ce vindecările lui Iisus au fost interpretate de mulţi teologi şi profesori ai Şcolii de Duminică drept o răsplată divină pentru recunoaşterea faptelor şi comportamentelor incorecte, iertarea este un act spiritual esenţial, care trebuie să aibă loc pentru a ne deschide complet puterii vindecătoare a iubirii.

Iubirea de sine înseamnă să avem grijă de noi, dar şi să-i iertăm pe oamenii din trecutul nostru, astfel încât rănile să nu ne mai afecteze; pentru că rănile noastre nu-i dor pe oamenii care ne rănesc, ci doar pe noi înşine. Eliberarea de toate ataşamentele faţă de aceste răni, ne face capabili să mergem mai departe, să ne mutăm din

relaţia copilărească cu Divinul pe care o stabilim prin intermediul primelor trei chakre, într-o relaţie cu Divinul în care participăm cu iubirea şi compasiunea Chakrei Patru.

Energiile Chakrei Patru ne propagă mai departe, către maturitatea spirituală, dincolo de dialogul părinte-copil pe care îl avem cu Divinul, dincolo de rugăciunea pentru a obţine explicaţiile evenimentelor, dincolo de frica de necunoscut. Copilul rănit vede Divinul ca operând asemenea unui sistem bazat pe răsplată şi pedeapsă, cu explicaţii logice pentru toate experienţele dureroase. Copilul rănit nu înţelege că în toate experienţele, oricât de dureroase ar fi, există o revelaţie spirituală. Atâta vreme cât gândim ca un copil rănit, vom putea iubi numai condiţionat şi având o mare frică de pierdere.

Cultura noastră ca întreg evoluează înspre vindecarea de răni şi victimizare. Totuşi, intrând sub influenţa puterii rănilor noastre, este dificil să vedem cum am putea renunţa la această putere negativă, cum am putea merge mai departe pentru a deveni „neräniţi” şi „împuterniciţi”. „Cultura de Chakra Patru” nu s-a mutat încă din rănile noastre pentru a înainta într-o maturitate spirituală.

Trezirea sinelui conştient

Ieşim din Chakra Patru trecând prin ea şi învăţându-i lecţiile. Când pătrundem în interiorul inimilor noastre, lăsăm deoparte modelele obişnuite de gândire ale primelor trei chakre inferioare şi în special ale inimii noastre tribale. Suntem eliberaţi de protecţia definiţiilor de tipul

„Prioritatea mea sunt nevoile familiei mele” sau „Nu-mi pot schimba serviciul pentru că soţia mea vrea să aibă o securitate financiară”, şi suntem întâmpinaţi la poarta inimii noastre cu o unică întrebare: „Şi cu mine ce faci?”

Această întrebare este o invocaţie, atrăgându-ne atenţia că ani întregi am reprimat, dar am şi înregistrat foarte bine informaţii emoţionale care, într-o clipă, pot determina un nou drum pentru noi. Putem încerca să fugim înapoi în protecţia minţii tribale, dar capacitatea ei de a ne alina şi proteja este acum pierdută.

Ne asumăm formidabila sarcină de a începe să ne cunoaştem prin descoperirea naturii noastre afective, nu în relaţie cu cineva sau cu ceva, ci în relaţie doar cu noi înşine. Indiferent dacă există sau nu cineva care să joace un rol principal, o persoană trebuie să ştie:

Ce îmi place?

Ce iubesc?

Ce mă face fericit/ă?

De ce am nevoie pentru a fi echilibrat/ă?

Care simt puterile mele?

Pot să mă bazez pe mine însumi/însămi?

Care sunt slăbiciunile mele?

De ce fac lucrurile pe care le fac?

Ce mă face să am nevoie de atenţia şi aprobarea altora?

Sunt suficient de puternic/ă pentru a fi apropiat/ă de altă persoană şi să-mi respect în continuare nevoile mele afective?

Aceste întrebări sunt diferite de cele ale

minţii tribale care ne învaţă să ne întrebăm:

Ce îmi place în relaţia cu alţii?

Cât de puternic/ă pot fi şi totuşi să rămân atrăgător/atrăgătoare pentru alţii?

Ce am nevoie de la alţii pentru a fi fericit/ă?

Ce va trebui să schimb la mine pentru a face pe cineva să mă iubească?

Nu acceptăm cu uşurinţă aceste întrebări necesare pentru explorarea sinelui nostru pentru că ştim că răspunsurile ne vor cere să ne schimbăm viaţa. Înainte de 1960 asemenea întrebări pentru autoexaminare erau numai domeniul membrilor de la periferia societăţii: misticii, artiştii, filosofii şi alte genii creatoare. Întâlnirea cu „sinele” activează transformarea conştiinţei umane, iar consecinţele pentru mulţi artişti şi mistici au inclus episoade dramatice de depresie, disperare, halucinaţii, viziuni, încercări de suicid şi o incontrolabilă tulburare emoţională, precum şi stări elevate de extaz combinate cu erotism fizic şi transcendental. Se credea, în general, că preţul pentru trezirea spirituală era prea mare şi prea riscant pentru cei mai mulţi oameni şi că era menit numai câtorva „hărăziţi”.

Dar, energia revoluţionară a anilor ’60 a condus la strigătul a milioane de oameni: „Dar eu?” Apoi, mişcarea conştiinţei umane ne-a condus cultura prin poarta arhetipală a Chakrei Patru. Ne-a dezgropat secretele inimilor şi ne-a descris detalii ale copilăriei rănite ce încă formează mult din personalităţile noastre adulte.

Deloc surprinzător, Chakra Patru a culturii noastre a fost martora unei creşteri în ceea ce

priveşte divorţurile. Deschiderea Chakrei Patru a transformat arhetipul căsătoriei într-un arhetip de parteneriat. Drept urmare, multe din căsătoriile contemporane necesită un puternic simţ al „sinelui” pentru a avea succes, mai degrabă decât o abdicare a „sinelui” cum era necesar şi pretins în căsătoriile tradiţionale. Înţelesul simbolic al Tainei Căsătoriei este acela că o persoană trebuie să fie în uniune cu personalitatea sa şi cu spiritul său mai înainte de orice altceva. După ce dobândim o înţelegere clară interioară despre noi înşine, putem crea un parteneriat intim reuşit. Astfel, creşterea numărului divorţurilor îşi are originea chiar în deschiderea Chakrei Patru, fapt ce atrage oamenii către descoperirea de sine pentru prima oară. Mulţi consideră că eşecul căsătoriei lor se datorează faptului că soţul sau soţia nu le-au dat suficient sprijin în ceea ce priveşte nevoile lor emoţionale, psihologice şi intelectuale, şi, drept urmare, trebuie să caute altundeva un adevărat partener.

Deschiderea Chakrei Patru a schimbat, de asemenea, şi conştiinţa noastră despre sănătate, vindecare şi cauzele bolilor. Dacă înainte boala era considerată a fi cauzată, în principal, de sursele chakrelor inferioare – genetica şi microbii – acum privim originea bolii ca izvorând din nivelurile toxice ale stresului emoţional. Vindecarea începe cu repararea rănilor emoţionale. Modelul medical a fost refăcut în jurul acestei puteri a inimii.

Următoarea poveste reflectă această schimbare. L-am cunoscut pe doctorul Perry la unul din seminariile mele. Avea o experienţă

practică bogată, ceea ce îi generase un nivel tipic de stres personal şi profesional. Când comunitatea medicală a început să fie inundată de informaţii despre teoriile şi practicile alternative, Perry a început să citească bucăţele şi fragmente, dar a continuat să prescrie pacienţilor să-i tratamentele convenţionale, pentru că nu ştia destul despre tratamentele alternative pentru a le recomanda.

În urmă cu cinci ani, Perry s-a decis să participe la un seminar despre terapiile alternative. A fost foarte impresionat, nu numai de validitatea ştiinţifică a materialului prezentat, dar şi de studiile de caz prezentate de colegii săi. Imediat cum s-a întors la lucru, a început să-şi vadă pacienţii cu alţi ochi, şi a început să-i întrebe despre problemele lor personale în timpul examinării obişnuite. Perry a citit cărţi despre sănătatea holistică şi a participat la mai multe cursuri şi seminarii pe această temă – componenta emoţională a bolii – pe care a considerat-o cea mai interesantă. Încetul cu încetul, Perry şi-a pierdut încrederea în tratamentele convenţionale. A vrut să discute despre sentimentele sale cu colegii lui, dar ei nu împărtăşeau acest interes. A atins un punct în care nu se mai simţea confortabil să scrie reţete, dar nici nu se simţea destul de încrezător pentru a recomanda pacientului să caute alte tratamente. Până la urmă, ajunsese să-i fie atât de greu să se mai ducă la cabinet, încât chiar începuse să se gândească să renunţe la practicarea medicinii.

Apoi, într-o zi, în timp ce se pregătea să întâlnească un pacient nou, Perry, care avea

cincizeci şi doi de ani, a suferit un atac de inimă. În timpul recuperării, a cerut să discute atât cu un psihoterapeut, cât şi cu un consilier spiritual. A fost consiliat câteva luni, apoi a luat o pauză de practică medicală, timp în care a studiat metodele alternative de îngrijire. Până la urmă, a creat un centru de tratament, unde nevoile emoţionale, psihologice şi spirituale ale pacienţilor puteau fi împlinite la un loc cu cele fizice.

„Am suferit un grav atac de inimă" spunea Perry. „Întotdeauna voi crede că mi-am recăpătat sănătatea pentru că am intrat în terapie, adică am intrat în mine însumi. Nu înţelesesem că eram bolnav de inimă din cauza practicii mele medicale până când inima mea nu a devenit bolnavă la propriu. Ce putea fi mai evident? Pentru binele meu, am nevoie să tratez pacienţii cu grija şi conştienţa de care, acum înţeleg, au nevoie. De asemenea, am nevoie să am grijă de mine în mod diferit, aşa că, nu mai petrec atâtea ore aşa cum făceam înainte în practica mea. Acum fac din grija pentru mine însumi o prioritate. Întreaga mea viaţă este mai sănătoasă pentru că, devenind bolnav, am decis să cred că atacul de inimă era mult mai important decât dezvoltarea unei probleme electrice în sistemul coronarian".

Trecerea dincolo de limbajul rănilor

Având o cultură de Chakra Patru, avem un limbaj care se bazează pe răni. Înainte de 1960 o conversaţie acceptabilă consta în principal în schimbarea informaţiilor despre problemele legate de prima, a doua şi a treia chakră: nume, locuri natale, muncă şi hobby. Rar se întâmpla ca o

persoană de vorbească despre detalii legate de dorinţele sale sexuale ori despre ceea ce se afla în adâncul tulburării lor emoţionale şi psihologice. Cultura noastră nu era încă pregătită pentru acest nivel de conversaţie şi nici nu aveam un vocabular pentru aceasta.

De când am devenit o cultură de Chakra Patru, am devenit fluenţi, din punct de vedere terapeutic, în procesul creării unui limbaj al intimităţii pe care eu îl denumesc „rănilogie”. Acum folosim revelaţia şi schimbăm experienţe despre rănile noastre ca substanţă a conversaţiilor, şi, într-adevăr, ca un liant ce ne întăreşte relaţiile. Am devenit atât de buni la asta, încât, de fapt, ne-am convertit rănile într-un tip de monedă de schimb în relaţii, monedă pe care o folosim pentru a controla situaţiile şi oamenii. Nenumăratele grupuri de sprijin ce încearcă să-i ajute pe oameni să-şi depăşească trecutul legat de abuz, incest, dependenţă şi bătăie, asta ca să numesc doar câteva, servesc numai pentru a consacra „rănilogia” drept o limbă contemporană a intimităţii. În cadrul acestor grupuri de întrajutorare bine intenţionate, membrii primesc deseori pentru prima dată, acea atât de mult aşteptată validare pentru rana pe care au suferit-o. Compasiunea ce se revarsă din partea membrilor grupului este resimţită ca un pahar mare de apă rece băut într-o zi uscată şi toridă.

Am devenit conştientă de prevalenţa „rănilogiei” acum câţiva ani, într-un incident cu o femeie cu care mă întâlnisem pentru a lua prânzul. În timp ce o aşteptam, beam o cafea

împreună cu alţi doi domni. Când a venit Mary, am prezentat-o lui Ian şi lui Tom şi, imediat, un alt domn s-a apropiat pentru a o întreba pe Mary dacă era liberă pe data de 8 Iunie pentru că aşteptau un invitat special în comunitatea lor şi aveau nevoie de cineva care să îl însoţească pe acest invitat prin campus. Ţineţi cont că întrebarea pusă lui Mary a fost: „Eşti liberă pe 8 iunie?” – o întrebare ce necesita un răspuns prin da sau nu.

În loc să răspundă astfel, Mary a continuat:

— 8 iunie? Ai spus 8 iunie? Nu, nicidecum. Orice altă zi, dar nu 8 iunie. Pe 8 iunie am întâlnirea cu grupul supravieţuitorilor incesturilor şi niciodată n-am lipsit. Ne-am angajat să ne ajutăm unii pe alţii şi, indiferent de ce se întâmplă, trebuie să fim prezenţi unul pentru altul. În niciun caz în acea zi. Va trebui să găseşti altă persoană. Nu-mi voi călca promisiunea faţă de acest grup. Toţi avem o întreagă istorie de încălcare a promisiunilor şi legămintelor şi suntem devotaţi ideii de a nu ne trata unul pe altul în acelaşi fel.

Wayne, bărbatul care pusese întrebare a spus simplu „Ok. Bine. Mulţumesc”. Şi a plecat. Dar atât eu, cât şi Ian şi Tom rămăseserăm fără cuvinte.

Apoi, am plecat cu Mary să luăm masa şi, când am rămas singure, am întrebat-o:

— Mary, vreau să ştiu de ce i-ai dat lui Wayne un răspuns aşa dramatic la o întrebare atât de simplă legată de faptul dacă eşti sau nu liberă pe data de 8 iunie? Vreau să spun că în cele douăsprezece secunde de întâlnire a ta cu Tom şi

Ian era extrem de important pentru tine să le aduci la cunoştinţă că ai trăit un incest în copilărie şi că încă eşti furioasă din cauza asta. Ai vrut să fii sigură că aceşti oameni vor cunoaşte acest lucru. Din punctul meu de vedere era clar că doreai ca trecutul tău emoţional să controleze conversaţia la masă. Ai dorit ca aceşti doi bărbaţi să fie foarte atenţi cum se poartă cu tine şi ai vrut să cunoască faptul că eşti o persoană rănită. Ai pus totul pe masă, când Wayne te întrebase numai dacă eşti sau nu liberă pe data de 8 iunie. De ce a trebuit să le aduci la cunoştinţă tuturor trecutul tău ca supravieţuitoare a unui incest?

Mary s-a uitat la mine ca şi când aş fi trădat-o şi mi-a răspuns:

— Pentru că sunt o supravieţuitoare a unui incest.

Ştiu asta, Mary. Întrebarea mea este de ce ai vrut ca ei să ştie acest lucru?

Mary mi-a spus că era clar că nu cunoşteam nimic despre ajutorul emoţional în special despre cel menit supravieţuitorilor incestului. I-am explicat că am înţeles că a suferit mult în copilărie, dar că vindecarea înseamnă să treacă peste durerea ei, nu să o transforme într-o etichetă de preţ, să o valorifice. Ca prietenă am simţit nevoia să-i spun că începuse să investească serios în autoritatea rănilor ei, în loc să investească în vindecarea lor. Mi-a răspuns că trebuia să reconsiderăm prietenia noastră şi când am părăsit restaurantul, am părăsit şi relaţia noastră de prietenie.

Eram foarte pripsă de ceea ce văzusem. Nu

mi-a răspuns deloc la întrebare. Era atât de acaparată de rănile ei, încât le transformase într-un tip de monedă socială. Credea că i se cuveneau anumite privilegii din cauza copilăriei ei dureroase: privilegiul de a nu se duce la serviciu oricând avea nevoie să „proceseze” o amintire, ajutor financiar din partea tatălui ei pentru ceea ce îi făcuse în copilărie, un sprijin nesfârşit afectiv din partea tuturor „prietenilor” ei. Adevăraţii prieteni, după Mary, erau oamenii care îi înţelegeau crizele şi care îi preluau responsabilităţile oricând acestea deveneau prea grele pentru ea.

În mod curios, a doua zi era programat să ţin o mică prelegere în această comunitate. Am ajuns mai devreme şi m-am aşezat lângă o femeie care venise să mă asculte. I-am spus:

— Bună, cum te numeşti?

Nu s-a întors cu faţa spre mine, dar mi-a răspuns:

— Am cincizeci şi şase de ani şi sunt o supravieţuitoare a incestului. Bineînţeles, am trecut peste asta acum, pentru că fac parte din acest grup de supravieţuitori şi noi alcătuim sistemul de sprijin unul pe altul. Viaţa mea este împlinită datorită acestor oameni.

Am fost şocată, nu numai pentru că se repeta experienţa cu Mary, ci pentru că o întrebasem doar cum o cheamă.

Rănile, ca limbaj al intimităţii şi-au găsit arena de exprimare atât în cadrul relaţiilor, cât şi în grupurile de sprijin. De fapt, nu este o exagerare să afirm că ritualurile romantice de

împerechere contemporane aproape că cer o rană pentru a „decola”. Un ritual tipic de legătură pare ceva asemănător cu acesta: doi oameni se întâlnesc pentru prima oară. Îşi spun numele, oraşele natale şi posibil dau ceva referinţe despre originile lor etnice şi religioase (informaţii de tip Chakra Unu). Apoi, conversaţia se mută la subiectele Chakrei Doi: ocupaţia, trecutul în relaţii, inclusiv căsătorii, divorţuri şi copii şi, probabil, finanţe. Chakra a treia urmează, de obicei, în ceea ce priveşte gusturile personale cu privire la obiceiurile alimentare, programul exerciţiilor fizice, activităţile de după serviciu şi, posibil, programele de creştere personală. Dacă vor să stabilească o relaţie intimă, se mută către Chakra Patru. O persoană mărturiseşte despre o rană pe care încă are nevoie să o „proceseze”. Dacă cealaltă persoană vrea să răspundă într-o manieră „de legătură”, va găsi ceva de o magnitudine similară cu rana primei persoane. Dacă potrivirea merge, atunci ei devin „colegi de suferinţă”. Uniunea lor include următorii termeni nerostiţi ai unui acord:

1. Vom fi mereu gata să ne ajutăm unul pe altul în orice situaţie care se va asocia cu amintirile acestei răni.

2. Acest ajutor va include reorganizarea oricărei părţi a vieţii noastre sociale sau profesionale în funcţie de nevoile partenerului nostru rănit.

3. Dacă este necesar, ne vom asuma responsabilităţile partenerului nostru, astfel arătându-ne sinceritatea deplină a sprijinului

nostru.

4. Vom încuraja partenerul să analizeze rănile sale împreună cu noi şi să aloce atât timp cât este necesar pentru refacerea sa.

5. Vom accepta, cu minimă rezistenţă, toate slăbiciunile şi defectele izvorâte din aceste răni, de vreme ce acceptarea este crucială pentru vindecare.

Pe scurt, o legătură bazată pe intimitatea rănilor este o garanţie implicită că partenerii afectaţi vor avea mereu nevoie unul de altul şi că vor avea o cale deschisă întotdeauna către interiorul celuilalt. În limbajul comunicării, asemenea legături reprezintă o nouă dimensiune a iubirii, una care este orientată către ajutorul terapeutic şi susţinerea angajamentelor mutuale pentru vindecare. În limbajul puterii, partenerii nu au avut vreodată un acces mai uşor la vulnerabilităţile celuilalt sau atâta acceptare deschisă de a folosi rănile pentru a-i conduce şi controla relaţiile apropiate. „Rănilogia” a redefinit complet parametrii intimităţii.

Intimitatea rănită a găsit un suport enorm în interiorul acestei comunităţi holistice de vindecare, în mod specia) în literatura despre legăturile dintre durerile emoţionale şi boală, dintre vindecarea traumelor emoţionale şi redobândirea sănătăţii. S-au creat grupuri de sprijin în jurul oricărui tip de traumă emoţională posibilă, de la abuzul asupra copilului prin incest la violenţa domestică şi durerea de a avea un membru al familiei în puşcărie. Talk show-urile de televiziune se străduiesc să facă publice detaliile

rănilor oamenilor. (Nu numai că trăim în interiorul rănilor noastre, ci ne şi distrăm cu rănile altora.) Sistemul legislativ a învăţat cum să convertească rănile în putere economică: reclamele la televiziune încurajează oamenii să considere tribunalul o cale de a putea trăi cu rănile lor.

Înainte de 1960, a fi matur şi puternic însemna să-ţi păstrezi durerea şi vulnerabilitatea pentru sine. Definiţia contemporană include capacitatea de a expune slăbiciunile interioare unei alte persoane. În timp ce intenţia iniţială a acestor grupuri de sprijin era să ajute oamenii să simtă o alinare, o îngrijire, un răspuns plin de compasiune pentru o criză personală, nimeni nu se aştepta ca acestea să continue până când persoana era vindecată, ca să nu mai vorbim de funcţia de agent al respectivei vindecări. Aceste grupuri au fost menite să fie numai barca de trecere peste râul tranziţiei.

Dar foarte puţini membri au dorit să coboare din barca de salvare când au ajuns la malul opus. Dimpotrivă, ei au creat dintr-o fază de tranziţie a vieţii lor, un stil de viaţă permanent. Odată ce au învăţat cum să vorbească „rănilogia”, a devenit extrem de dificil pentru ei să renunţe la privilegiile care însoţeau faptul de a fi rănit în cadrul acestei culturi de ckakra a patra.

Fără un program al vindecării, riscăm să devenim dependenţi de ceea ce credem că este sprijin şi compasiune; credem că avem nevoie de tot mai mult timp pentru a „procesa” rănile noastre. Datorită faptului că există un răspuns de sprijin prelungit, membrii grupurilor de sprijin

rămân adeseori agăţăţi de acestea cu o pasiune care sugerează că, „Nu vom mai pleca niciodată de aici, pentru că acesta este singurul loc unde am găsit ajutor. Nu există alt ajutor pentru mine în lumea obişnuită. Aşa că, voi trăi mereu *în acest proces* şi printre oameni care înţeleg prin ce am trecut eu”.

Problema cu asemenea sisteme de ajutorare este dificultatea de a spune cuiva că a beneficiat de suficient sprijin şi că trebuie să îşi reia viaţa. În multe privinţe această problemă reflectă înţelegerea noastră limitată asupra compasiunii. Compasiunea este o emoţie a Chakrei Patru şi una din energiile spirituale conţinute în Sefirotul Tif’eret este capacitatea de a respecta suferinţa altuia aducându-i puterea înapoi în viaţa sa. Pentru că atâta vreme cultura noastră nu a permis existenţa unui timp al vindecării inimii şi nici nu a recunoscut măcar necesitatea lui, am supracompensat acest lucru în prezent prin faptul că nu am mai pus limite timpului acordat acestei vindecări. Totuşi, trebuie să creăm un model de intimitate sănătoasă, un model care acum este puternic şi totuşi, încă vulnerabil. În prezent definim „vindecat” în opoziţie cu „în nevoie”. De aceea, a fi vindecat înseamnă să fii complet independent, întotdeauna pozitiv, mereu fericit, întotdeauna sigur pe tine şi niciodată având nevoie de altcineva. Nu-i de mirare că numai câţiva s-au putut considera „vindecaţi”.

Drumul către o inimă puternică

Vindecarea e simplă dar nu este uşoară. Nu sunt prea mulţi paşi, dar aceştia cer un mare

efort.

Pasul 1: Angajează-te în procesul vindecării complet până ajungi la sursa durerii. Aceasta înseamnă să te întorci către interiorul tău şi să-ţi cunoşti rănile.

Pasul 2: Odată aflat „înăuntru”, identifică rănile. Au devenit ele cumva o formă de putere în viaţa ta? Dacă ai convertit rănile într-o putere, află de ce te-ai putea teme de vindecare. Pe măsură ce îţi identifici rănile, ia pe cineva „martor” care să poată observa şi influenţa lor asupra dezvoltării tale. Ai nevoie de cel puţin o persoană, un terapeut sau un prieten care să fie capabil să lucreze astfel cu tine.

Pasul 3: După ce ai pus în cuvinte rănile tale, observă felul în care le foloseşti pentru a influenţa sau chiar a controla oamenii din jurul tău, precum şi pe tine însuţi. De exemplu, spui vreodată că nu te simţi bine din cauza rănilor tale şi de aceea anulezi o întâlnire, când, de fapt, te simţi bine? Controlezi altă persoană spunând că acţiunile ei sau ale lui îţi amintesc de părinţii tăi? îţi dai permisiunea să renunţi la ceva sau nu încerci deloc, scufundându-te în trecutul tău astfel încurajând depresia? Te temi că prin vindecarea ta vei pierde legăturile apropiate cu alţi oameni din viaţa ta? Te temi că alegând să te vindeci va trebui să laşi deoparte o parte sau chiar mult din viaţa ta obişnuită?

Acestea sunt întrebările pe care trebuie să ţi le pui sincer, pentru că ele reprezintă cel mai semnificativ mănunchi de motive pentru care oamenii se tem să devină sănătoşi.

Observă-te de-a lungul zilei, notează cu atenţie felul cum îţi alegi vocabularul, folosirea limbajului terapeutic şi fluenţa ta în „rănilogie”. Apoi, formulează noi tipare de interacţiune cu alţi oameni care nu se bazează pe forţa rănilor. Schimbă-ţi vocabularul, inclusiv felul în care îţi vorbeşti ţie însuţi. Dacă schimbarea acestor tipare se dovedeşte dificilă, recunoaşte că deseori este mult mai dificil să te eliberezi de puterea derivată din rana ta decât să te eliberezi de amintirea experienţei dureroase. O persoană care nu poate renunţa la puterea rănilor este un dependent de răni şi, ca orice altă dependenţă, nu este uşor de distrus. Nu-ţi fie teamă să cauţi un ajutor terapeutic pentru a trece prin acest pas sau prin oricare altul.

Pasul 4: Identifică binele care poate veni, şi chiar a venit din aceste răni. Începe să trăieşti înăuntrul acestei conştiinţe de apreciere şi mulţumire şi, dacă trebuie să te prefaci, prefă-te până când vei reuşi chiar să mulţumeşti pentru experienţa şi pentru rănile tale. Începe o practică spirituală şi rămâi cu ea. Nu fă aceasta doar ocazional, ci respectă disciplina spirituală.

Pasul 5: După ce ai dobândit o conştiinţă a aprecierii, poţi încerca şi iertarea. Pe cât este de atrăgătoare în teorie, iertarea este o acţiune practică extrem de neatrăgătoare pentru mulţi oameni, poate din cauză că adevărata natură a iertării rămâne încă neînţeleasă. Iertarea nu este la fel cum ai spune cuiva care te-a rănit „Nu-i nimic”, aşa cum mulţi înţeleg. Mai degrabă, iertarea este un act complex de conştiinţă, unul

care eliberează psihicul şi sufletul din nevoia personală de răzbunare şi din percepţia de sine ca fiind o victimă. Mai mult decât să eliberezi oamenii de vina de a-ţi fi cauzat răni, iertarea înseamnă să renunţi la controlul pe care îl are percepţia victimizării asupra psihicului nostru. Eliberarea pe care o generează iertarea apare în tranziţia către o stare mai înaltă de conştiinţă – nu numai în teorie, ci şi energetic şi biologic.

De fapt, consecinţa unui act sincer de iertare se găseşte la graniţa miraculosului. După părerea mea, el poate conţine chiar energia care generează miracolele. Evaluează ceea ce trebuie să faci pentru a-i ierta pe alţii şi pe tine însuţi, dacă este necesar. Dacă trebuie să contactezi o persoană pentru o discuţie finală, fii sigur că nu porţi, în agenda ta intimă, mesajul vinovăţiei. Dacă este aşa, atunci nu eşti cu adevărat gata să mergi mai departe. Dacă ai nevoie să împărtăşeşti gândurile tale într-o scrisoare către persoana respectivă, fa astfel, dar, fii sigur că intenţia ta nu este de a dezgropa morţii şi nici de a trimite încă un mesaj de furie.

În sfârşit, realizează pentru tine o ceremonie oficială în care să îţi chemi spiritul înapoi din trecut şi să eliberezi influenţa negativă din toate rănile tale. Fie că preferi un ritual sau o rugăciune personală, adoptă mesajul tău de iertare într-un mod „oficial” pentru a stabili un nou început.

Pasul 6: Gândeşte iubire. Trăieşte în apreciere şi recunoştinţă. Permite schimbării să intre în viaţa ta, chiar şi numai prin atitudinea ta. Şi aminteşte-ţi mereu de mesajul tuturor

maeştrilor spirituali: păstrează spiritul în timpul acum. În limbajul lui Iisus: „Morţii cu morţii, viii cu viii/ Lasă morţii şi trăieşte-ţi viaţa”. Iar după cum a spus Buddha: „Nu există decât acum”.

Un lucru curios despre vindecare este că, în funcţie de persoana cu care vorbeşti, poţi crede ori că nimic nu este mai simplu, ori că nimic nu este mai complicat.

Chakra Patru este centrul sistemului energetic uman. Totul m şi despre viaţa noastră funcţionează pe baza combustibilului inimii noastre. Toţi vom avea experienţe destinate să ne frângă inima, nu în jumătate, ci la modul total, într-o deschidere totală. Indiferent de cum este sfărâmată inima ta, întrebarea la care vei avea de răspuns va fi întotdeauna aceeaşi: Ce vei face cu durerea ta? O vei folosi ca pe o scuză pentru a-i conferi fricii şi mai multă autoritate asupra ta sau te vei elibera de autoritatea lumii fizice printr-un act de iertare? întrebarea conţinută în Chakra Patru îţi va fi mereu prezentată de-a lungul vieţii, până când răspunsul pe care îl vei da va deveni însăşi eliberarea ta.

Energiile subtile ale Sefirotului Tif’eret şi Taina Căsătoriei ne direcţionează continuu pentru a ne descoperi şi a ne iubi pe noi înşine. Această iubire este cheia esenţială pentru a găsi fericirea despre care suntem convinşi că există undeva în afara noastră, dar despre care textele spirituale ne amintesc că o vom găsi numai înăuntrul nostru. Mult prea multor oameni le este teamă să se cunoască, fiind convinşi că, această cunoaştere de sine înseamnă să trăieşti singur, fără prieteni şi

parteneri. În timp ce efectul pe termen scurt al autocunoaşterii poate cauza schimbări, efectele pe termen lung hrănite de conştiinţă, nu de frică, vor fi mai mult decât mulţumitoare. Nu are niciun rost să cauţi să devii intuitiv conştient, apoi să faci totul pentru ca acea conştiinţă să nu-ţi deranjeze viaţa. Singura cale către o conştiinţă spirituală este prin inimă. Acest adevăr nu este negociabil, indiferent de tradiţia spirituală pe care o alege cineva drept mijloc de a cunoaşte Divinul. Iubirea este Putere Divină.

Întrebări pentru auto-examinare

1. Ce amintiri emoţionale mai trebuie să vindeci?

2. Care dintre relaţiile din viaţa ta trebuie să fie vindecate?

3. Foloseşti vreodată rănile tale emoţionale pentru a controla alţi oameni sau alte situaţii? Dacă da, descrie.

4. Ţi-ai permis vreodată să fii controlat de rănile altei persoane? Ce simţi în legătură cu o eventuală repetare a acestei situaţii? Ce paşi eşti gata să faci pentru a preveni un asemenea fapt pe viitor?

5. Ce temeri ai în legătură cu a deveni sănătos din punct de vedere emoţional?

6. Asociezi sănătatea emoţională cu o lipsă a nevoii de relaţii apropiate?

7. Cum înţelegi iertarea?

8. Care sunt persoanele pe care încă mai trebuie să le ierţi şi ce te opreşte de la a te elibera de durerea asociată cu aceste persoane?

9. Ce ai făcut şi trebuie iertat? Care sunt

oamenii care se străduiesc să te ierte?

10. Cum înţelegi o relaţie apropiată sănătoasă? îţi doreşti să renunţi la a te mai folosi de rănile tale pentru a te deschide spre o asemenea relaţie sănătoasă?

CAPITOLUL V
Chakra Cinci:
Puterea voinţei

9

Chakra Cinci conţine încercările prin care trecem pentru a ne preda spiritul şi voinţa proprie voinţei lui Dumnezeu. Din perspectivă spirituală, cel mai înalt ţel al nostru este eliberarea totală a voinţei personale în „mâna Divinităţii”. Iisus şi Buddha, ca şi alţi mari învăţători, întruchipează măiestria acestei stări de conştiinţă – uniunea completă cu voinţa divină.

Localizare: Gâtul.

Conexiunea energetică cu corpul fizic: Gâtul, glanda tiroidă, traheea, esofagul, paratiroidele, hipotalamusul, vertebrele cervicale, gura, maxilarele şi dinţii.

Conexiunea energetică cu corpul emoţional/mental: Chakra Cinci rezonează cu numeroasele eforturi emoţionale şi mentale implicate în înţelegerea naturii puterii alegerii. Toate îmbolnăvirile au o legătură cu Chakra Cinci, pentru că alegerea este implicată în orice amănunt al vieţii noastre şi, prin urmare, în orice boală.

Conexiunea simbol/percepţie: Provocarea simbolică a Chakrei Voinţei este de a progresa prin maturizarea voinţei, de la percepţia tribală că

oricine şi orice în jurul tău are autoritate asupra ta, prin percepţia că numai tu singur ai autoritate asupra ta, la percepţia finală că adevărata autoritate provine din alinierea ta la voinţa lui Dumnezeu.

Fricile de bază: Frici legate de puterea voinţei există în fiecare chakră, potrivite cu chakra respectivă. Ne este teamă că nu avem autoritatea sau puterea de a alege în propriile vieţi, mai întâi în cadrul triburilor noastre, apoi în cadrul relaţiilor personale şi profesionale. Şi apoi ne temem că nu avem autoritate asupra noastră înşine, că pierdem controlul când este vorba de răspunsul nostru la lucrurile importante: la bani, la putere, la controlul emoţional al unei alte persoane asupra bunăstării noastre. Şi, în sfârşit, ne temem de voia lui Dumnezeu. Noţiunea de a lăsa puterea noastră de a alege unei forţe Divine rămâne cea mai mare luptă pentru individul care caută să devină conştient.

Puterile fundamentale: încrederea; cunoaşterea de sine şi autoritatea personală; capacitatea de a lua decizii, ştiind că, indiferent ce decizie luăm, ne putem ţine cuvântul faţă de noi înşine sau faţă de o altă persoană.

Conexiunea Sejirot/Taină: Chakra a cincea corespunde Sefirotului Hesed, reprezentând iubirea sau mila lui Dumnezeu şi Sefirotului Gevurah, reprezentând judecata lui Dumnezeu. Aceşti doi sefiroţi sunt braţul drept şi braţul stâng al lui Dumnezeu, întruchipând natura echilibrată a voinţei divine. Sensul acestor sefiroţi este că Divinitatea este plină de milostenie şi că numai

Dumnezeu are dreptul de a judeca alegerile pe care le facem. Sefirotul Hesed ne aminteşte să folosim cuvinte pline de iubire ca să comunicăm cu ceilalţi, iar Sefirotul Gevurah ne aduce aminte să vorbim cu onoare şi integritate. Taina Spovedaniei este aliniată cu Chakra Cinci simbolizând faptul că noi suntem total responsabili pentru felul în care ne utilizăm puterea voinţei. Prin Taina Spovedaniei ni se oferă şansa de a ne salva spiritele din „misiunile negative" în care este posibil să le fi trimis noi înşine ca urmare a gândurilor sau acţiunilor noastre negative.

Adevărul sacru: Chakra Cinci este centrul alegerii şi, în consecinţă, al karmei spirituale. Fiecare alegere pe care o facem, fiecare gând şi sentiment pe care îl avem este un act de putere, care are consecinţe biologice, sociale, personale, ambientale şi globale. Noi suntem oriunde sunt gândurile noastre şi astfel responsabilitatea noastră personală include contribuţiile noastre energetice. Ce alegeri am face dacă am putea vedea realmente consecinţele lor energetice? Putem aborda acest mod de prevedere numai prin respectarea adevărului sacru: *Predarea voinţei personale voinţei Divine*. Lecţiile spirituale ale chakrei a cincea ne arată că acţiunile motivate de o voinţă personală care a avut încredere în autoritatea Divină creează cele mai bune efecte.

Gândurile şi atitudinile unui individ beneficiază, de asemenea, acceptarea călăuzirii superioare. O femeie care mi-a vorbit despre o experienţă în preajma morţii vede fiecare alegere pe care o face ca având un impact energetic

asupra întregului vieţii. Asta deoarece, în timp ce se afla în acea stare dintre viaţa fizică şi cea nonfizică, ea a revăzut toate alegerile pe care le făcuse în viaţă şi a fost martoră la consecinţele acestor acţiuni asupra ei însăşi, asupra altor oameni şi asupra întregului vieţii. I s-a arătat că întotdeauna călăuzirea încerca să penetreze în mintea ei conştientă. Fie că alegea o rochie sau o ocupaţie, nicio alegere nu era atât de neînsemnată încât să fie ignorată de Divinitate. La cumpărarea unei rochii i s-a arătat consecinţa energetică imediată a acestei „vânzări", de-a lungul unui lung lanţ de oameni care fuseseră implicaţi în crearea şi distribuirea acesteia. Femeia cere acum călăuzire înainte de flecare decizie pe care trebuie să o ia, oricare ar fi aceasta.

Înţelegerea consecinţelor energetice ale gândurilor şi convingerilor noastre, ca şi ale acţiunilor noastre, ne poate forţa să devenim oneşti într-o nouă măsură. Minciuna, fie faţă de ceilalţi, fie faţă de noi înşine, ar trebui să iasă din discuţie. Vindecarea adevărată, completă, necesită onestitate faţă de sine. Incapacitatea de a fi onest obstrucţionează vindecarea la fel de mult ca şi incapacitatea de a ierta. Onestitatea şi iertarea recuperează energia noastră – spiritele noastre – din dimensiunea energetică a „trecutului". Chakra a cincea şi lecţiile sale spirituale ne arată că puterea personală stă în gândurile şi atitudinile noastre.

Consecinţele fricii

Cele mai costisitoare consecinţe energetice provin din acţionarea sub imperiul fricii. Chiar

atunci când alegerile făcute din frică ne conduc spre ceea ce dorim, ele produc, în general, şi efecte secundare nedorite. Aceste surprize ne învaţă că alegerea din frică încalcă încrederea în călăuzirea Divină. Noi toţi trăim, cel puţin periodic, în iluzia că avem controlul asupra vieţii noastre. Căutăm banii şi statutul social pentru a avea o mai mare putere de a alege şi ca să nu trebuiască să urmăm alegerile pe care le fac alţii pentru noi. Ideea că ne cere conştiinţa predarea voinţei personale voinţei Divine este în conflict deschis cu tot ceea ce am ajuns să considerăm măsura unui om puternic.

Astfel, putem repeta ciclul fiică – surpriză – fiică – surpriză până când atingem un punct de rugăciune: Tu alege, iar eu voi urma alegerea Ta. Odată ce emitem această rugăciune, călăuzirea poate pătrunde în vieţile noastre, împreună cu un şir nesfârşit de sincronicităţi şi coincidenţe – „interferenţa" Divină cu tot ce are ea mai bun.

Emily, în vârstă de treizeci şi cinci de ani, este o profesoară care şi-a pierdut piciorul stâng din cauza cancerului, cu treisprezece ani în urmă, la scurt timp după absolvirea colegiului. În timpul recuperării s-a întors acasă, ca să trăiască împreună cu părinţii ei. Ceea ce anticipaseră ei să fie o şedere de un an s-a transformat într-un deceniu, pentru că Emily nu îşi recăpătase independenţa şi devenise din ce în ce mai deprimată şi înspăimântată de perspectiva de a-şi purta singură de grijă. Îşi redusese activitatea fizică în aşa măsură că nu mai putea merge mai departe decât în jurul blocului său. Cu fiecare an

care trecea, Emily se retrăgea şi mai mult în casa părinţilor, încetând, în cele din urmă, chiar şi plimbările de plăcere.

Părinţii i-au sugerat să facă terapie, dar nimic nu a avut vreun impact asupra sa. Aşa cum mi-a spus mama ei: „Tot ce făcea Emily, zi după zi, era să stăruie asupra convingerii că pierderea piciorului îi ruinase şansele de a se căsători şi de a avea familia ei sau orice viaţă pe cont propriu. Se simţea «stigmatizată» de experienţa sa cu cancerul şi comenta uneori că îşi dorea ca acesta să revină şi «să îşi termine treaba», după cum se exprima ea”.

Ca urmare a bolii fiicei sale, mama lui Emily a început să fie interesată de tratamentele alternative. În perioada când ne-am întâlnit, ea şi soţul ei îşi făceau curaj să îi ceară lui Emily să se mute singură. Emily trebuia să înveţe să aibă grijă de nevoile sale fizice şi să îşi vindece starea psihică. Ea trebuia să se bizuie din nou pe puterea voinţei proprii.

Părinţii lui Emily au închiriat un apartament şi l-au mobilat pentru ea, iar Emily s-a mutat acolo supărată şi înspăimântată. Le-a spus părinţilor că se simţea abandonată de ei. Însă, în mai puţin de o lună, a cunoscut o vecină, Laura, o mamă singură cu un fiu de zece ani, pe nume T.J. Băiatul se întorcea întotdeauna de la şcoală înainte ca mama lui să vină de la lucru. Emily îl auzea mişcând prin apartamentul lor, uitându-se la televizor, ronţăind, aşteptând în fiecare zi aproape trei ore singur până venea Laura acasă.

Într-o după-amiază, Emily se întorcea acasă

de la magazin chiar în momentul când Laura venea de la muncă. Ele au început să discute despre T.J., iar Laura a spus că era îngrijorată de activitatea lui şcolară şi de perioada de timp cât era singur după şcoală. Dintr-odată, Emily s-a oferit nu numai să stea cu T.J. În fiecare zi, ci să-l şi mediteze, de vreme ce era profesoară calificată. Laura a acceptat cu recunoştinţă şi din după-amiaza următoare Emily a început să îl mediteze pe T.J.

În câteva săptămâni s-a dus vorba în cartier că „o profesoară minunată" era disponibilă pentru a supraveghea şi medita copiii după şcoală. Emily a fost copleşită de cereri de la părinţii care lucrau. L-a întrebat pe administratorul imobilului în care locuia dacă era vreo cameră disponibilă pentru trei ore în fiecare după-amiază şi cum exista o asemenea cameră, s-au făcut aranjamentele financiare, iar Emily, în trei luni de la părăsirea căminului părintesc, „trăia din nou", după cum spunea ea însăşi.

În timp ce îmi spunea povestea, Emily s-a referit de câteva ori la spontaneitatea cu care s-a oferit să îl mediteze pe T.J. Oferta „i-a zburat din gură" înainte de a avea vreo şansă să se gândească la asta, a spus ea. Dacă s-ar fi gândit, spunea ea, nu s-ar fi oferit niciodată să ajute. Cu siguranţă, din cauză că un asemenea gest nu era în firea sa, a considerat, doar pentru un moment, că „i se spusese" din ceruri să îl mediteze pe T.J. În cele din urmă, Emily a hotărât să creadă că fusese destinată să îl mediteze pe T.J., ca şi pe ceilalţi unsprezece copii care au intrat în grija sa, înainte

de a se întoarce la catedră să predea, în toamna următoare.

Pentru un motiv oarecare, Emily a avut darul de a recunoaşte călăuzirea. De îndată ce a început să aibă grijă de alţii, teama ei de a nu fi îngrijită a scăzut. A înţeles că trăia dovada că Dumnezeu se ocupa de nevoile fiecăruia, iar acest lucru i-a reînnoit credinţa.

Credinţa

Esenţa Chakrei Cinci este credinţa. Când avem încredere în cineva, încredinţăm acelei persoane o parte din energia noastră; când avem încredere într-o idee, încredinţăm o parte din energia noastră acelei idei; când avem încredere într-o frică, încredinţăm o parte din energia noastră acelei frici. Ca urmare a acestor angajamente ale energiei noastre, noi – mintea, inima şi viaţa noastră – ajungem să fim ţesuţi în consecinţele acestor angajamente. Credinţa şi puterea de a alege sunt, de fapt, puterea creaţiei însăşi. Noi suntem vasele prin care energia devine materie în această viaţă.

Prin urmare, testul spiritual inerent vieţii noastre este cerinţa de a descoperi ce ne motivează să facem alegerile pe care le facem şi dacă avem credinţă în fricile noastre sau în Divinitate. Toţi avem nevoie să ne punem aceste întrebări ca o chestiune de reflecţie spirituală sau ca rezultat al unei boli fizice. Toţi ajungem la un moment când ne întrebăm: Cine are controlul asupra vieţii mele? De ce nu ies lucrurile aşa cum vreau eu? Indiferent de cât succes avem, la un moment dat devenim conştienţi că ne simţim

incompleţi. Un eveniment neplanificat sau o relaţie ori o îmbolnăvire, ne vor arăta că puterea noastră personală este insuficientă pentru a trece printr-o criză. Suntem meniţi să devenim conştienţi că puterea personală este limitată. Suntem meniţi să ne mirăm dacă nu cumva o altă „forţă" acţionează în viaţa noastră şi să întrebăm: De ce se întâmplă asta? Ce vrei de la mine? Ce sunt menit să fac? Care este rostul meu?

Dobândirea unei conştienţe asupra propriilor limitări, ne deschide spre cântărirea alegerilor pe care altfel nu le-am fi făcut. În momentele când viaţa noastră pare cel mai mult scăpată de sub control, noi putem deveni receptivi la o călăuzire care nu ar fi fost binevenită înainte. Atunci viaţa noastră o poate lua în direcţii pe care nu le anticipasem niciodată. Mulţi dintre noi încheie spunând: „Nu am crezut niciodată că voi face asta sau că voi trăi aici, dar o fac şi totul este bine".

Ar putea să vă ajute să ajungeţi la punctul de predare dacă puteţi folosi imaginea simbolică a vieţii văzute doar ca o călătorie spirituală. Toţi am cunoscut oameni care şi-au revenit din împrejurări cumplite şi acordă credit faptului că au lăsat Divinitatea să preia conducerea. Şi fiecare din aceşti oameni au împărtăşit experienţa de a spune Divinităţii: „Facă-se voia Ta şi nu a mea". Dacă tot ce se cere este această mică rugăciune, de ce ne temem atâta de ea?

Rămânem speriaţi de faptul că prin recunoaşterea voinţei Divine – prin predarea voinţei noastre unei voinţe mai înalte – vom fi despărţiţi de tot ce ne aduce confort fizic. Aşa că

ne zbatem cu voinţa noastră împotriva călăuzirii Divine: o invităm să intre, dar ne luptăm să o blocăm complet. Mereu observ la seminariile mele oameni care se află în această dilemă; ei caută călăuzirea adevărată şi totuşi se tem de ce le va spune acea voce.

Amintiţi-vă că viaţa voastră fizică şi calea voastră spirituală sunt una şi aceeaşi. A avea plăcere în viaţa fizică este un ţel spiritual în aceeaşi măsură cu a obţine un corp fizic sănătos. Ambele sunt o consecinţă a urmării călăuzirii Divine când alegem modul în care trăim şi când alegem să acţionăm din credinţă şi încredere. Predarea noastră în mâinile autorităţii Divine înseamnă eliberarea de iluziile fizice, şi nu de deliciile şi de confortul vieţii fizice.

Energiile spirituale ale Chakrei Cinci ne călăuzesc către acest punct de predare. Sefirotul Hesed transferă în chakra a cincea energia divină a măreţiei prin iubire, care ne îndrumă să fim cât mai iubitori posibil în toate împrejurările. Uneori, cel mai mare act de iubire este de a te reţine să judeci pe altul sau pe tine însuţi. Din nou ni se reaminteşte că judecarea este o greşeală spirituală. Dezvoltarea disciplinei voinţei ne permite să ne abţinem de la a lansa gânduri negative spre alţii sau spre noi înşine. Dacă nu judecăm, ajungem la înţelepciune şi ne. Învingem fricile. Sefirotul Gevurah ne învaţă să ne eliberăm de nevoia de a şti de ce lucrurile se întâmplă cum se întâmplă şi săj avem încredere că, oricare ar fi motivul, acesta este o parte, dintr-un proiect spiritual mai grandios.

Marnie, în vârstă de patruzeci şi patru de ani, este o vindecătoare, o vindecătoare cu har adevărat, care şi-a început munca după „o noapte neagră a sufletului”, lungă de şapte ani, timp în care a trebuit să se vindece pe ea însăşi. Când Marnie avea treizeci de ani, era asistentă socială în Scoţia, ducea o viaţă activă, avea mulţi prieteni şi se bucura enorm de munca ei. Atunci a fost diagnosticată cu o boală „mediagnosticabilă”.

Cu fiecare lună care trecea, Marnie dezvolta o durere din ce în ce mai mare, uneori în spate, alteori ca nişte migrene intense, alteori la picioare. În cele din urmă, durerea a forţat-o să îşi lase slujba. A petrecut aproape doi ani mergând de la un specialist la altul, dar niciunul din ei nu a putut s-o ajute să înţeleagă această durere cronică şi pierderea ocazională a echilibrului, ori să îi prescrie un tratament eficient.

Marnie s-a scufundat în depresie. Prietenii i-au sugerat să caute ajutorul terapiilor alternative, în care nu crezuse niciodată. Într-o zi, un prieten a apărut acasă la Marnie cu o colecţie de cărţi de îngrijiri alternative, printre care erau şi scrierile lui Sai Baba, un maestru spiritual care trăia în India. Marnie a citit materialul, dar l-a respins ca fiind genul de nonsens pe care „numai minţile religioase l-ar putea crede”. Încă şase luni de durere au forţat-o pe Marnie să retracteze aceste cuvinte, când a călătorit în India ca să încerce să obţină o întâlnire particulară cu Sai Baba. A petrecut trei săptămâni în ashramul lui, dar nu l-a văzut niciodată în particular. S-a întors în Scoţia încă şi mai deznădăjduită decât înainte. Totuşi, la

scurt timp de la întoarcerea acasă, Marnie a avut o serie de vise în care i se punea continuu o singură întrebare: Poţi accepta ceea ce ţi-am dat?

La început Marnie s-a gândit că visele erau doar urmarea excursiei sale în India şi ale numeroaselor conversaţii despre natura voinţei lui Dumnezeu cu privire la oameni. Apoi un prieten i-a sugerat să trateze visele ca şi cum i s-ar pune cu adevărat o problemă spirituală. Aşa cum spunea Marnie: „Nu aveam nimic de pierdut, aşa că de ce să nu o fac?”

Data următoare când a avut visul, a răspuns la întrebare: „Da, voi accepta ceea ce mi-ai dat”. În momentul în care a spus da, s-a simţit îmbăiată în lumină şi pentru prima dată după ani întregi a fost eliberată de durere. Când s-a trezit a sperat că boala dispăruse, dar în realitate nu a fost aşa, ci s-a înrăutăţit treptat în următorii patru ani. A revenit mereu asupra acelui vis, cu convingerea că nu era cu adevărat un vis, totuşi a continuat să experimenteze furie şi disperare, simţind uneori că Dumnezeu îi cerea să sufere fără niciun motiv.

Într-o noapte, în timp ce plângea, Marnie a spus că a ajuns la „predare”. Credea că fusese în acea stare de conştiinţă de când cu visul, dar abia în acea noapte a înţeles: „Eram în stare de resemnare, nu de predare. Trăiam cu acel tip de atitudine care spune: «Foarte bine, am să fac asta. Acum răsplăteşte-mă făcându-mă să mă simt mai bine». Şi apoi, în acea noapte, am înţeles că aş putea să nu mă simt niciodată mai bine şi, dacă era aşa, ce i-aş fi putut spune lui Dumnezeu? Atunci m-am predat complet. Am spus: Orice alegi

pentru mine, aşa să fie. Dă-mi doar putere”.

Durerea lui Marnie s-a uşurat instantaneu, iar mâinile ei s-au umplut cu căldură – nu căldura corporală obişnuită, ci „căldură spirituală”. A ştiut imediat că acea căldură care îi curgea prin mâini avea puterea de a-i ajuta pe alţii, cu toate că, în mod ironic, ea însăşi ar fi putut să nu fie capabilă „să bea din acea fântână”. Râdea, pur şi simplu, de starea sa, pentru că era „exact ca în povestirile misticilor din vechime, despre care citisem – numai că cine s-ar fi gândit că eu mă voi califica pentru treburile lor?”

Marnie este acum o vindecătoare foarte iubită şi respectată şi, deşi corpul său fizic s-a vindecat substanţial de acea durere mediagnosticată, încă mai are momente dificile. Dar, cum spune Marnie: „Aş trece din nou prin toate acestea – dat fiind cine sunt eu astăzi şi ce ştiu – pentru privilegiul de a-i ajuta pe alţii aşa cum pot să o fac acum”. Povestea ei este remarcabilă pentru mine datorită înţelegerii adânci a diferenţei dintre predare şi resemnare şi pentru că a trecut prin mitul că, odată ce îi spunem „da” lui Dumnezeu, totul va fi perfect imediat. A spune da stării noastre fizice este prima parte – un act care poate schimba sau nu starea noastră – şi a spune da programării lui Dumnezeu este a doua parte.

Actul Spovedaniei ne salvează spiritele de consecinţele alegerilor noastre. Când aflăm mai multe despre natura noastră energetică, înţelegem cât de mult rămân spiritele ataşate de evenimentele şi de gândurile negative, trecute şi

prezente. Spovedania este mult mai mult decât recunoaşterea publică a unei greşeli. În termeni energetici, ea este recunoaşterea faptului că am devenit conştienţi de – şi deci mai puternici în raport cu – o fiică ce înainte ne comandase spiritul. Simbolic, spovedania eliberează spiritele de fricile din trecut şi de tiparele de gândire negativă. A rămâne ataşaţi de evenimente şi convingeri negative este toxic pentru minţile, spiritele, celulele, ţesuturile şi vieţile noastre.

Karma reprezintă energia şi consecinţele fizice ale alegerilor pe care le facem. Alegerile negative generează situaţii care revin pentru a ne învăţa cum să facem alegeri pozitive. Odată ce învăţăm lecţia şi facem o alegere pozitivă, situaţia nu se mai repetă, pentru că spiritul nostru nu mai este ataşat de alegerea negativă care a dat naştere lecţiei. În culturile vestice, acest gen de lecţii este recunoscut în proverbe ca: „Ce semeni, aceea culegi”. sau „De ce ţi-e frică, de-aia nu scapi”. Actele de confesiune înseamnă că ne recunoaştem responsabilitatea pentru ceea ce am creat şi că înţelegem greşeala din alegerile noastre. În termeni energetici acest ritual ne eliberează spiritul din ciclurile dureroase de învăţare şi ne redirecţionează către energiile pozitive, creative ale vieţii.

Atât de esenţială este spovedania pentru sănătatea minţii, a corpului şi a spiritului nostru, încât nu ne putem opri să ne confesăm. Nevoia de a ne curăţa spiritele de amintirile dominate de vinovăţie este mai puternică decât nevoia de linişte. Aşa cum mi-a spus un funcţionar de la o

închisoare, „mulţi criminali sunt prinşi pentru că simt nevoia să spună ce au făcut măcar unei persoane. Şi, deşi poate părea o fanfaronadă la momentul acela, este totuşi o formă de confesiune pe care eu o numesc confesiune de stradă”.

Psihoterapeuţii au devenit confesorii timpurilor modeme. Cu ei încercăm să ne rezolvăm luptele psihologice şi emoţionale, explorând deschis părţile întunecate şi controlând fricile naturii noastre şi ale sufletului nostru. Dulcea energie a vindecării curge în sistemul nostru energetic de fiecare dată când sfărâmăm autoritatea unei frici asupra vieţii noastre şi o înlocuim cu un sentiment de sine mai puternic. În limbajul spovedaniei, aceste borne terapeutice sunt totuna cu chemarea spiritului nostru înapoi din misiunile negative în care le-am trimis.

Ştiind acum că Chakra Cinci ne învaţă cum să ne folosim voinţa şi înregistrează instrucţiile pe care le dăm spiritului nostru, cum facem faţă lecţiilor acesteia?

Între cap şi inimă

De vreme ce acest centru al voinţei este localizat între energiile inimii şi cele ale minţii, trebuie să învăţăm cum să echilibrăm răspunsurile noastre la solicitările acestor lecţii, între Cap şi Inimă. De obicei, în copilărie suntem direcţionaţi către una din aceste două energii conducătoare: băieţii sunt împinşi să îşi folosească energia mentală, iar fetele inima.

Energia mentală alimentează lumea exterioară, în timp ce energia inimii ne alimentează domeniile personale. De secole,

cultura noastră ne-a învăţat că energia emoţională ne slăbeşte capacitatea de a lua decizii necesare şi rapide şi că energia mentală este practic inutilă în domeniul emoţional, după cum remarca şi un vechi aforism care spune că raţiunea nu poate câştiga niciun război împotriva unei alegeri din inimă. De secole, până în anii 1960, această separare a fost acceptabilă. Apoi, deceniul în care Capul s-a întâlnit cu Inima a redefinit individul echilibrat ca fiind unul care operează cu inima şi mintea la unison.

Dacă mintea şi inima nu comunică clar una cu alta, una o va domina pe cealaltă. Când conduce mintea, suferim din punct de vedere emoţional, pentru că transformăm informaţiile emoţionale într-un inamic. Căutăm să controlăm toate situaţiile şi relaţiile şi menţinem autoritatea asupra emoţiilor. Când conduce inima, tindem să menţinem iluzia că totul este bine. Fie că dictează mintea, fie inima, voinţa este motivată de frică şi de scopul meschin de a controla, nu de un sentiment de siguranţă interioară. Acest dezechilibru al capului şi al inimii transformă oamenii în fiinţe dependente. În termeni energetici, orice comportament motivat de frica de creştere interioară se descrie ca o dependenţă. Chiar comportamentul care este, de obicei, sănătos – exerciţii fizice sau meditaţie, de exemplu – poate reprezenta o dependenţă dacă este folosit pentru a evita durerea sau introspecţia personală. Orice disciplină poate deveni un blocaj intenţionat între mintea conştientă şi cea inconştientă, care spune: „Vreau călăuzire, dar nu-mi da nicio veste

proastă”, încercăm chiar să direcţionăm însăşi călăuzirea pe care o căutăm. Sfârşim trăind într-un ciclu aparent fără sfârşit, mental dorind schimbarea, dar emoţional temându-ne de ea la fiecare cotitură.

Singurul mod de a ieşi din acest tipar este de a face alegeri care angajează puterea unită a minţii şi a inimii. Este uşor să te menţii într-un şablon remanent, pretinzând că nu ştii ce să faci mai departe. Dar acest lucru este rareori adevărat. Când suntem într-un şablon remanent, este din cauză că ştim exact ce ar trebui să facem mai departe, dar suntem îngroziţi să acţionăm astfel. Ieşirea din repetiţia ciclurilor din viaţa noastră necesită doar o alegere puternică, ce ţinteşte spre mâine, şi nu spre ieri. Decizii care spun: „Gata – nu mai accept acest tip de tratament” sau „Nu mai pot sta aici nicio zi în plus, trebuie să plec”, conţin calitatea puterii care uneşte ambele energii, ale minţii şi ale inimii, iar vieţile noastre încep să se schimbe aproape instantaneu ca rezultat al autorităţii prezente în acest grad intens de alegere. Se admite că este înspăimântător să-ţi părăseşti satisfacţiile obişnuite ale vieţii, chiar dacă acea viaţă este adesea disperat de tristă. Dar schimbarea este înfricoşătoare, iar speranţa ca acel sentiment de siguranţă să vină înainte de a face o mişcare decisivă are ca rezultat doar mai mult zbucium interior, pentru că singura modalitate de a căpăta acel sentiment de securitate este de a intra în vârtejul schimbării şi de a ieşi prin celălalt capăt, cu sentimentul că eşti din nou viu.

Eileen Caddy, unul dintre cei trei fondatori ai comunităţii spirituale de la Findhorn din nordul Scoţiei, a avut o viaţă interesantă, plină de schimbări şi provocări pe când învăţa să se încreadă în călăuzirea divină şi să se supună instrucţiilor ei. A primit îndrumarea, pe care o creditează ca fiind vocea lui Hristos, să-şi părăsească primul soţ şi cei cinci copii ai lor şi să facă un parteneriat cu un bărbat numit Peter Caddy. Cu toate că a urmat această călăuzire, următorii săi ani au fost tumultuoşi, în parte pentru că Peter era căsătorit atunci. În cele din urmă, Peter şi-a părăsit soţia, s-a căsătorit cu Eileen şi a preluat conducerea unui hotel în declin din oraşul Forres din nordul Scoţiei. Au avut trei copii şi în timp ce Eileen oferea călăuzire, Peter a transformat în scurt timp acest hotel de slabă calitate într-o întreprindere de patru stele. În aceşti ani, Eileen a păstrat o legătură minimă cu ceilalţi cinci copii ai săi, deşi propria călăuzire îi spunea că până la urmă se va împăca cu aceştia, lucru care s-a dovedit exact. Călăuzirea lui Eileen, aşa cum au ajuns amândoi să înţeleagă, venea dintr-un loc profund spiritual.

Spre uimirea tuturor, pe când hotelul era în culmea succesului, Peter a fost concediat. El şi Eileen au fost şocaţi de veste, pentru că nu se aşteptaseră în niciun caz să fie răsplătiţi pentru conducerea hotelului cu hârtii de concediere. Dar, încă o dată, călăuzirea lui Eileen i-a învăţat să închirieze o rulotă într-un camping local numit Findhorn. Acolo li s-a spus să planteze o grădină – o idee aparent ridicolă, dat fiind climatul, locaţia

şi lumina solară insuficientă. Totuşi, au urmat instrucţiile şi în scurt timp li s-a alăturat încă o femeie, Dorothy McLean.

Ca şi Eileen, Dorothy era un canal, numai că îndrumarea ei venea de la „energiile naturii”, care o învăţau cum să coopereze cu ele în modalităţi co-creative. Energiile naturii au promis să intensifice creşterea grădinii pentru exact şapte ani, pentru a arăta ce se poate realiza atunci când forţele spirituale, umane şi naturale ale vieţii lucrează împreună.

Grădina a înflorit aşa cum fusese promis. Vegetaţia a atins proporţii nemaivăzute. Zvonurile despre această grădină „magică” au ajuns curând pe calea undelor şi oameni din toată lumea călătoreau spre acest loc îndepărtat ca să o vadă cu ochii lor. Niciunul nu a fost dezamăgit; chiar scepticii horticultori au trebuit să admită că grădina era spectaculoasă. Când erau întrebaţi despre sursa acestei producţii magnifice, Dorothy, Peter şi Eileen spuneau adevărul: „Urmăm voinţa Divinităţii”.

În cele din urmă, în jurul acestei grădini s-a format o comunitate. Cu o disciplină remarcabilă, Eileen a început să mediteze de la miezul nopţii până la şase dimineaţa la baia publică, singurul loc în care putea găsi intimitate. Mica lor rulotă, cu greu destul de spaţioasă pentru o persoană, adăpostea acum şase. În fiecare dimineaţă, Eileen apărea şi îi transmitea lui Peter instrucţiile pe care le primise în timpul nopţii. El le urma întocmai, folosindu-şi calităţile manageriale pentru a veghea dacă toţi membrii comunităţii îi

ascultau ordinele. Au fost construite clădiri, s-au creat obişnuinţe şi în curând o comunitate înfloritoare se ridică şi funcţiona.

După şapte ani, aşa cum fusese promis, vegetaţia a revenit la dimensiunile normale. Apoi Eileen a primit instrucţii că lui

Peter nu-i va mai fi transmisă nicio îndrumare şi că el va trebui să-şi caute propria cale şi propria voce. Această ştire a încordat relaţia lor şi l-a făcut pe Peter să caute în alte părţi prin comunitate pentru îndrumare. În scurt timp, oamenii se întreceau să-l influenţeze pe Peter. A rezultat un haos şi Eileen a ajuns la depresie. În cele din urmă, Peter i-a spus lui Eileen că o părăseşte, pe ea şi comunitatea, şi că niciodată nu o iubise cu adevărat. Devastată emoţional de destăinuirea lui Peter şi de divorţ, Eileen se mira cum putea fi răsplătită astfel pentru că urmaşe călăuzirea Divină.

Astăzi Eileen spune că luptele şi disperarea ei, şi chiar şi divorţul, se datorau „rezistenţei în faţa lui Dumnezeu”. Deşi urmaşe îndrumarea pe care o primise, spune ea, în realitate nu a dorit să facă acest lucru şi, ca rezultat, a fost în conflict în cea mai mare parte a timpului. Ea trebuia să înveţe credinţa şi încrederea în conexiunea sa cu „conştiinţa Christică”, cum numeşte ea călăuzirea primită. Aceasta era misiunea ei spirituală personală.

Acum, Eileen spune că forţa lui Dumnezeu este o realitate lăuntrică a ei, care o îndrumă întotdeauna. Este devotată servirii celor din jur şi simte că recompensele au fost numeroase. „Am o

familie în sensul arhetipal. Sunt înconjurată de o comunitate care este familia mea. Am o casă frumoasă, relaţii iubitoare cu toţi copiii mei şi o relaţie intimă cu Dumnezeu. Mă simt profund binecuvântată".

Legătura lui Eileen cu energia christică reflectă o cale spirituală contemporană. Viaţa sa a cuprins ambele căi spirituale, cea veche şi cea nouă: cea veche, în care liderul spiritual accepta privaţiunile vieţii şi contemplarea solitară ca intermediar între ceilalţi şi Dumnezeu; şi cea nouă, în care individul trăieşte într-o comunitate spirituală. Eileen trăieşte cu marile încercări, cu binecuvântările şi recompensele călăuzirii

Divine. Viaţa ei este plină de miracole şi sincronicităţi frecvente. Renunţarea la voinţa proprie pentru călăuzirea Divină poate avea ca rezultat experienţe dificile, împreună cu o mare pătrundere psihologică.

Poţi experimenta un sfârşit dureros al multor faze ale vieţii, cum ar fi căsătoria sau ocupaţia. Dar încă nu am întâlnit persoana care să fi simţit că rezultatul final al uniunii cu autoritatea Divină nu a meritat preţul. Nicio relatare nu captează această experienţă mai bine decât lecţia originală a predării, povestea lui Iov.

Iov era un om care avea o mare credinţă şi o bogăţie uriaşă şi se mândrea cu amândouă. Satana i-a cerut lui Dumnezeu să îi permită să îl pună la încercare pe Iov, pretinzând că îl poate face să îşi piardă credinţa în Dumnezeu. Dumnezeu s-a învoit. Mai întâi, Satana l-a făcut să îşi piardă posesiunile şi copiii, dar Iov a rămas credincios lui

Dumnezeu, convins că dacă asta a fost voia lui Dumnezeu pentru el, aşa să fie. Apoi lui Iov i s-a dat o boală, iar soţia lui l-a sfătuit să „îl mustre pe Dumnezeu” pentru nenorocirile lor din ce în ce mai mari. Iov a rămas credincios. Soţia lui a murit.

Iov a fost vizitat de prietenii săi Elifaz, Bildad şi Ţafar, care i-au oferit compasiunea lor şi cu care a discutat despre natura justiţiei Divine. Ei credeau că Dumnezeu n-ar pedepsi niciodată „un om drept”, prin urmare Iov trebuie să fi făcut ceva care a ofensat cerul. Iov şi-a declarat solemn nevinovăţia şi a spus că suferinţa sa era o parte a experienţei universale a nedreptăţii. Când Iov a ajuns să creadă că poate, la urma urmei, Dumnezeu era nedrept făcându-l să sufere, un tânăr pe nume Elihu s-a alăturat lui Iov şi prietenilor să-i şi i-a dojenit aspru pentru convingerea lor că ar putea cunoaşte „mintea lui Dumnezeu” şi pentru simţământul că Dumnezeu le-ar fi datorat vreo explicaţie pentru hotărârile Lui.

În cele din urmă, Dumnezeu i-a vorbit lui Iov şi l-a învăţat despre diferenţa dintre voinţa omenească şi voinţa Divină. Dumnezeu l-a întrebat pe Iov: „Unde erai tu când am întemeiat Pământul?” şi „Ai poruncit tu dimineţii vreodată şi i-ai arătat aurorei care este locul ei?”. Iov a înţeles nebunia de a concura cu voinţa lui Dumnezeu şi s-a căit. El le-a împărtăşit prietenilor să-i adevărul pe care îl învăţase: că niciun muritor nu va putea cunoaşte vreodată mintea lui Dumnezeu, că singurul act de credinţă adevărată este de a accepta tot ce ne cere Dumnezeu şi că Dumnezeu

nu datorează nici unui muritor vreo explicaţie pentru hotărârile Lui. Atunci Iov a lăsat voinţa lui în mâinile lui Dumnezeu, spunând: „Am vorbit o dată şi încă o dată nu voi mai vorbi”. Dumnezeu i-a dat lui Iov o altă familie şi i-a dublat averile pământeşti.

Necontenit, provocările pe care le înfruntăm ne fac să ne întrebăm care este voia lui Dumnezeu pentru noi. Adesea ne gândim la voia lui Dumnezeu pentru noi ca la o sarcină, o slujbă, un mijloc de a acumula putere pentru noi înşine. Dar adevărul este că voinţa Divină ne va conduce în primul rând să învăţăm despre natura spiritului şi a lui Dumnezeu.

Cel mai mare act de voinţă cu care ne putem investi spiritele este să alegem să trăim conform acestor reguli:

1. Să nu judecăm.

2. Să nu avem aşteptări.

3. Să renunţăm la nevoia de a şti de ce lucrurile se petrec cum se petrec.

4. Să avem încredere că evenimentele neprogramate din vieţile noastre simt o formă de îndrumare spirituală.

5. Să avem curajul de a face alegerile pe care trebuie să le facem, să acceptăm ceea ce nu putem schimba şi să avem înţelepciunea de a vedea diferenţa.

Întrebări pentru auto-examinare

1. Care este definiţia ta pentru o persoană cu voinţă puternică?

2. Care sunt oamenii din viaţa ta care au controlul asupra voinţei tale şi de ce?

3. Cauţi să îi controlezi pe ceilalţi? Dacă da, cine sunt aceştia şi de ce trebuie să îi controlezi?

4. Eşti capabil să te exprimi cinstit şi deschis când trebuie? Dacă nu, de ce?

5. Eşti în stare să-ţi dai seama când primeşti îndrumarea şi să asculţi de ea?

6. Ai încredere în călăuzirea care nu are nicio „dovadă" a rezultatului ataşată de ea?

7. Ce temeri ai asociat cu călăuzirea divină?

8. Te rogi pentru ajutor în vederea împlinirii planurilor tale sau eşti capabil să spui: „Voi face ceea ce Cerul mă conduce să fac".

9. Ce te face să pierzi controlul asupra propriei voinţe?

10. Te târguieşti cu tine însuţi în situaţiile în care ştii că trebuie să faci schimbări, dar amâni în permanenţă să treci la acţiune? Dacă da, identifică acele situaţii şi motivele pentru care nu vrei să acţionezi.

CAPITOLUL VI

Chakra Şase:

9

Puterea minţii

9

Chakra a şasea implică acele capacităţi mentale şi de raţionament şi aptitudinea psihologică de a ne evalua convingerile şi atitudinile. Chakra Minţii este în rezonanţă cu energiile sufletului nostru, cu forţele psihologice ale conştientului şi ale subconştientului nostru. În literatura spirituală orientală, chakra a şasea este „al treilea ochi", centrul spiritual în care interacţiunea dintre minte şi suflet poate conduce

la percepţie intuitivă şi la înţelepciune. Aceasta este chakra înţelepciunii.

Experienţele Chakrei Şase sunt: deschiderea minţii; dezvoltarea unei minţi impersonale; recăpătarea puterii proprii prin eliberarea de „adevărurile false şi artificiale”; să învăţăm să acţionăm după îndrumarea interioară şi să facem deosebirea între gândurile motivate de putere şi cele motivate de frică şi de iluzie.

Localizare: centrul frunţii.

Conexiunea energetică cu corpul: creierul şi sistemul nervos, glandele pituitară şi pineală, ochii, urechile şi nasul.

Conexiunea energetică cu corpul emoţional/mental: Chakra Şase ne leagă cu corpul nostru mental, cu inteligenţa şi caracteristicile psihologice. Caracteristicile psihologice sunt o combinaţie între ceea ce ştim şi ceea ce considerăm a fi adevărat, o combinaţie unică de fapte, frici, experienţe personale şi amintiri care sunt permanent active în corpul nostru energetic mental.

Conexiunea simbol/percepţie: Chakra Şase activează lecţiile care ne conduc spre înţelepciune. Atingem înţelepciunea atât prin experienţele de viaţă, cât şi prin dobândirea capacităţii de percepţie discriminatorie izvorâtă din detaşare. Percepţia simbolică este „detaşarea parţial dobândită” – o stare a minţii aflată dincolo de influenţa „minţii personale” sau a „minţii începătorului” – care poate conduce la puterea şi capacitatea de pătrundere a „minţii impersonale” sau a minţii deschise.

Conexiunea sejirot/tainã: Sefirotul Binah, reprezentând înţelegerea divină şi sefirotul Hokhmah, reprezentând înţelepciunea divină, sunt aliniate cu Chakra Şase. Binah este uterul Mamei Divine, care primeşte sămânţa concepţiei de la Hokhmah, identificat ca „începutul”. Unitatea acestor două forţe creează sefiroţii de mai jos. Binah şi Hokhmah sunt simboluri ale adevărului universal: „gândul” este înainte de „formă”, iar creaţia începe în dimensiunea energetică.

Binah şi Hokhmah ne atrag atenţia să devenim conştienţi de ceea ce creăm – să ne folosim pe deplin mintea atunci când comandăm energiei să devină materie. Această perspectivă leagă aceşti doi sefiroţi de taina creştină a hirotonisirii.

Simbolic, hirotonisirea înseamnă sarcina pe care cineva este chemat să o îndeplinească punându-se în serviciul celorlalţi.

Din perspectivă arhetipală, înseamnă recunoaşterea din partea celorlalţi că ai percepţia unică şi înţelepciunea care te conduc să îi ajuţi pe alţii: ca mamă, vindecător, profesor, sportiv sau prieten loial. Preoţia, desigur, este rolul asociat în mod tradiţional cu taina hirotonisirii. Totuşi, simbolic, hirotonisirea înseamnă orice experienţă sau onoare prin care comunitatea ta recunoaşte că beneficiază la fel de mult ca ţine de pe urma căii de servire condusă din interiorul tău. Acest factor de avantaj reciproc identifică chemarea ta „predestinată”. Frumuseţea înţelesului simbolic al hirotonisirii este recunoaşterea adevărului că orice individ este capabil să aducă contribuţii

profund semnificative în viaţa celorlalţi, nu doar prin profesia sa, cât, şi mai important, prin calitatea persoanei care devine. Taina Hirotonisirii încearcă să recunoască simbolic contribuţiile spiritului nostru în viaţa celorlalţi, mult mai mult decât contribuţiile aduse prin îndatoririle noastre.

Fricile de bază: O lipsă a dorinţei de a privi înăuntru şi de a-ţi dezgropa fricile; frica de adevăr atunci când raţiunea este înceţoşată; frica de o judecată realistă exprimată; fiica de a te baza pe un sfat din exterior; frica de disciplină; frica de partea întunecată a sinelui şi de atributele acesteia.

Forţele fundamentale: Capacităţi şi abilităţi intelectuale, evaluarea cunoaşterii conştiente şi a celei inconştiente; primirea inspiraţiei; generarea marilor acte de creativitate şi inteligenţa raţional-emoţională intuitivă.

Adevărul sacru: Adevărul sacru al Chakrei Şase este: *Caută numai adevărul*. Ea ne sileşte să cercetăm permanent diferenţa dintre adevăr şi iluzie, cele două forţe prezente în fiecare clipă. Separarea adevărului de iluzie este mai mult o sarcină a minţii decât a creierului. Creierul comandă comportamentul corpului fizic, însă mintea comandă comportamentul corpului energetic, ceea ce reprezintă relaţia noastră cu gândirea şi cu percepţia. Creierul este instrumentul fizic prin care gândul este transformat în acţiune, iar percepţia – şi tot ce este asociat cu ea, de exemplu faptul de a deveni conştient – este o caracteristică a minţii. Când devii conştient, eşti capabil să te detaşezi de

percepţiile subiective şi să vezi adevărul sau înţelesul simbolic într-o situaţie. Detaşarea nu înseamnă să încetezi să îţi pese. Înseamnă să-ţi linişteşti vocile conduse de fiică. Cel care a ajuns la postura interioară de detaşare are un sentiment de sine atât de complet, încât influenţele exterioare nu au nicio putere asupra conştiinţei sale. O astfel de claritate a minţii şi a sinelui este esenţa înţelepciunii, una din puterile divine ale Chakrei Şase.

Punerea în practică a detaşării

Cum pune în practică cineva detaşarea în viaţa sa? Povestea lui Pete arată o modalitate practică de utilizare a acestei învăţături. Pete m-a contactat pentru a-i face o evaluare în timpul unei crize personale serioase. După şaptesprezece ani, soţia îl anunţase că nu îl mai iubea şi că voia să divorţeze. E de înţeles că Pete era devastat, ca şi cei patru copii ai lor. I-am sugerat ca, măcar pentru o clipă, să încerce să vadă această situaţie dintr-un punct de vedere detaşat. Suspectam că soţia lui se redefinea pe ea însăşi, dincolo de rolul de îngrijitoare – rol în care trăise cea mai mare parte a vieţii. În copilăria ei avusese grijă de fraţii mai mici; se măritase la şaptesprezece ani şi devenise mamă la optsprezece ani. Acum, la patruzeci, devenea conştientă de ea însăşi şi de propriile sale nevoi şi probabil că avea o aventură. I-am spus lui Pete că soţia sa era probabil foarte speriată de ceea ce simţea şi că, dacă ar fi avut un vocabular terapeutic, poate că, în loc să fie panicată, ar fi fost capabilă să descrie noile energii emoţionale pe care le trăia. Aventura ei

era o încercare de a fugi de ceea ce se întâmpla înăuntrul său. Probabil că nu simţea nimic pentru bărbatul cu care se implicase în relaţia extraconjugală, chiar dacă în acel moment era posibil să nu realizeze acest lucru. Ea alesese să aibă o aventură pentru că nu-şi putea imagina un alt mod de a-şi părăsi soţul şi copiii. Opţiunea de a căuta ajutor terapeutic nu făcea parte din cultura ei sau din procesul său de gândire.

I-am spus lui Pete că, oricât de greu ar fi de crezut, adevărul era că, în acest punct al vieţii sale, soţia lui ar fi răspuns în acelaşi mod indiferent cine i-ar fi fost soţ, pentru că ea trecea printr-un proces de autodescoperire care nu avea nimic de-a face cu el. Ea nu ştia că intrase într-o experienţă a „nopţii negre”. Pete trebuia să facă eforturi ca să nu ia actele de respingere şi furia ei ca pe ceva personal, pentru că, deşi el era cu certitudine o ţintă a manifestărilor ei emoţionale negative, ea era mai furioasă din cauza propriei confuzii decât din cauza lui.

Pete a fost capabil să asimileze această informaţie şi să lucreze cu ea. Deşi el şi soţia sa au hotărât să divorţeze, de fiecare dată când se trezea scufundându-se în jale şi suferinţă pentru distrugerea familiei sale, Pete se întorcea la un mod mai impersonal de a vedea această criză. Nu la mult timp de la prima noastră conversaţie, a descoperit că soţia sa avusese o aventură cu unul dintre prietenii lui şi că, într-adevăr, această aventură se terminase. A înţeles că soţia lui nu era îndrăgostită de celălalt bărbat, ci încerca să găsească o ieşire din propria sa confuzie. I-am

spus lui Pete că ea ar putea, mai mult decât probabil, să continue rezolvarea crizei încercând să-şi găsească altă pereche, dar acest lucru nu va funcţiona niciodată. Orice relaţie era menită să eşueze pentru că găsirea unei alte relaţii – şi, prin urmare, reintrarea în rolul de îngrijitoare – nu era soluţia pentru durerea ei. Până la urmă ar fi fost forţată să pătrundă în interiorul său şi să lucreze pentru a vindeca adevărata sursă a suferinţei. A deveni detaşaţi şi conştienţi înseamnă ca anumite percepţii din minţile noastre să ne pătrundă în trupuri. Înseamnă contopirea cu percepţiile care reprezintă adevărul şi trăirea lor astfel încât puterea lor să devină una şi aceeaşi cu propria noastră energie.

Să luăm ca exemplu adevărul: „Schimbarea este constantă”. Mental, putem asimila această învăţătură fără mare greutate. Cu toate acestea, când se produc schimbări în viaţa noastră – când observăm că îmbătrânim, când oamenii pe care îi iubim mor sau când relaţiile intime şi pline de iubire se răcesc – acest adevăr ne terorizează. Adesea avem nevoie de ani întregi ca să ne revenim de pe urma unor schimbări, pentru că sperasem ca acele lucruri – indiferent care – vor rămâne la fel. Noi ştiam tot timpul că ele se vor schimba, dar nu ne puteam opri să sperăm că energia schimbării va ocoli această parte a vieţii noastre.

Chiar atunci când adevărul „schimbarea este constantă” este simţit ca un duşman care a măturat o parte fericită a vieţii noastre, momentele de singurătate se vor termina şi va

începe o nouă perioadă a vieţii. Promisiunea adevărului „schimbarea este constantă” este că, întotdeauna, după un sfârşit, urmează un nou început.»

Conştienţa este capacitatea de a te elibera de vechi şi de a îmbrăţişa noul, înţelegând faptul că toate lucrurile se termină la momentul potrivit şi că toate lucrurile încep la momentul potrivit. Este dificil să înveţi să trăieşti cu acest adevăr, pentru că fiinţele umane caută stabilitatea – adică absenţa schimbări

Prin urmare, a deveni conştient înseamnă a trăi pe deplin în momentul prezent, cunoscând faptul că mâine nicio situaţie şi nicio persoană nu va mai fi absolut aceeaşi. Când schimbarea se produce, lucrăm s-o interpretăm ca pe o parte normală a vieţii şi ne străduim „să curgem împreună cu ea”, aşa cum ne sfătuieşte Tao Te Ching, şi nu împotriva ei. Încercarea de a face ca lucrurile să rămână la fel este pe cât de inutilă, pe atât de imposibilă. Misiunea noastră este de a contribui cu tot ce avem mai bun în fiecare situaţie, înţelegând faptul că noi influenţăm, dar nu controlăm ceea ce vom experimenta mâine.

Adesea, după ce ţin conferinţe despre detaşare, grupurile îmi răspund că detaşarea pare prea rece şi prea impersonală. Dar aceasta nu este o percepţie exactă a detaşării. La un seminar am cerut fiecărui participant să vorbească despre o situaţie pe care ar fi considerat-o extrem de ameninţătoare. Un bărbat a spus că lui i-ar fi foarte greu să se întoarcă la birou şi să afle că i-au fost retrase responsabilităţile de către conducere,

I-am spus să-şi imagineze că era eliberat de legăturile cu afacerile lui şi că îşi putea crea orice opţiuni dorea pentru el însuşi. I-am spus să vizualizeze că afacerea era doar un strop de energie în viaţa lui, în loc de un ocean de energie şi că energia creativă îl invada din abundenţă. Apoi i-am cerut să îşi imagineze că intra în biroul său şi afla că îl concediaseră. „Acum", i-am spus, „cum ai reacţiona?". El a râs şi a răspuns că, dată fiind imaginea de sine pe care o avea acum în minte, nu i-ar mai păsa deloc dacă ar fi fost concediat. Pur şi simplu s-ar fi simţit bine, pentru că ar fi fost capabil să atragă spre el următorul loc de muncă.

Acesta este sensul detaşării: înţelegerea faptului că nicio persoană sau grup de oameni nu îţi poate hotărî calea în viaţă Astfel, când schimbarea vine în viaţa ta, este din cauză că o mişcare mai cuprinzătoare te antrenează împreună cu ea. Poate părea că un grup de oameni conspiră să te îndepărteze dintr-o slujbă – dar aceasta este o iluzie. Dacă tu alegi să crezi această iluzie, ea te va ţine captiv, poate chiar întreaga viaţă. Dar dacă nu ar fi fost momentul potrivit pentru ca tu să mergi mai departe, „conspiraţia" nu ar fi avut succes. Acesta este adevărul mai înalt al schimbărilor din această viaţă, iar percepţia simbolică ce însoţeşte detaşarea îţi permite să îl vezi. Categoric, niciunul dintre noi nu se trezeşte într-o dimineaţă şi anunţă: „Cred că voi deveni conştient astăzi". Suntem atraşi de dorinţa de a extinde parametrii minţilor noastre în toate misterele pe care le

întâlnim.

Noi toţi experimentăm şi vom continua să experimentăm relaţii şi evenimente care ne fac să reexaminăm felul în care înţelegem realitatea. Însăşi construcţia minţii noastre ne sileşte să ne întrebăm de ce lucrurile sunt aşa cum sunt, chiar şi numai datorită confuziei personale.

Danny mi-a cerut ajutorul pentru că fusese diagnosticat cu cancer de prostată. Singura lui cerere a fost: „Ajută-mă doar să înţeleg ce fac şi ce gândesc şi nu ar trebui să fac sau să gândesc”.

Pe când îl evaluam energetic, am înţeles că era meşter în a face bine oricui în afară de sine însuşi. L-am întrebat ce i-ar fi plăcut să facă acum, iar el a răspuns: „Mi-ar plăcea să îmi părăsesc slujba din domeniul vânzărilor, să mă mut la ţară, să cultiv eu însumi ceea ce mănânc şi să lucrez ca tâmplar”. Am discutat apoi despre consecinţele unei asemenea schimbări: el îşi asumase angajamente faţă de compania sa, era un membru activ în diferite grupuri şi, mai presus de toate, familia lui era mulţumită cu modul lor de viaţă. Toate aceste relaţii s-ar fi sfârşit. Atunci Danny a spus: „De mult timp am avut această idee că vreau să gândesc diferit. Nu mai vreau cifre de vânzări în capul meu. Vreau să mă gândesc la alte lucruri, cum ar fi natura. Desigur, natura nu ar plăti facturile, aşa că, în realitate nu am făcut niciodată nimic în această direcţie. Dar simt această chemare de a-mi trăi viaţa în mod diferit. Am această chemare de mult timp, numai că acum simt că trebuie să urmez acest sentiment”. I-am răspuns că el primise deja îndrumare din plin. Ar

fi trebuit să asculte de ea şi, urmându-şi sentimentele, o lume nouă s-ar fi deschis pentru el, una în care sănătatea lui ar înflori. Două luni mai târziu, Danny m-a contactat să îmi spună că familia sa a fost de acord cu mutarea şi că urmau să meargă în sud-vest vara următoare. Nu se simţise niciodată mai bine, a adăugat, şi ştia că nu se va mai dezvolta niciodată ceva malign în corpul său.

Danny era dornic şi capabil să termine cu viaţa sa de agent de vânzări şi să îmbrăţişeze o viaţă nouă. Renunţând la percepţia de sine şi la ocupaţia sa, a renunţat şi la ideea că puterea lui în lumea fizică era limitată. Urmându-şi vocea interioară, s-a deschis pentru evaluarea realităţii interioare: Ce este viaţa? Ce sunt eu menit să fac? Ce este important să învăţ? El a fost capabil să spună: „Lumea exterioară nu deţine aşa de multă putere asupra mea. Aleg să ascult lumea mea interioară”.

Acesta este modul în care devenim conştienţi – apare un mister, acţionăm şi urmează un alt mister. Când alegem să oprim acest proces, intrăm într-o stare de suspensie, în care ne abatem din drum, din ce în ce mai departe de forţa vieţii. Progresul de la mintea personală la detaşare poate fi, totuşi, foarte uşor şi firesc.

La unul din seminariile mele, una din participante, Karen, fusese concediată din trei slujbe în mai puţin de un an. Nu putea să nu se întrebe dacă nu cumva sursa problemei era în ea însăşi, spunea ea, şi astfel odată pusă întrebarea, dorea să afle răspunsul. După ce şi-a făcut timp să

ajungă să se cunoască pe sine, a înţeles că ea singură îşi provocase problemele. Nu o interesase absolut deloc niciuna dintre cele trei slujbe. Ceea ce dorea cu adevărat era o schimbare de carieră. Aceasta a fost o revelaţie. Astăzi, Karen este implicată în multe activităţi diferite şi continuă să descopere noi simpatii şi antipatii, noi ambiţii şi noi temeri cu fiecare nouă experienţă.

Pentru ea, acesta este progresul natural al vieţii conştiente. Când îşi aminteşte cum era ea „înainte ca lumina să apară”, se întreabă cum de a trăit cândva o zi fără să se gândească la lucrurile care dau sens vieţii sale. „Viaţa inconştientă este doar atât – inconştienţă. Nici măcar nu eşti conştient că nu eşti conştient de nimic. Te gândeşti doar la lucrurile de bază ale vieţii – hrană, haine, bani. Nu ţi se întâmplă niciodată să întrebi cu ce scop ai fost creat. Dar apoi, odată ce ai pus această întrebare, nu te mai poţi opri să o pui mereu. Şi întotdeauna te conduce la un alt adevăr”.

Conştiinţa şi legătura ei cu vindecarea în timpul ultimelor patru decenii a devenit disponibilă o cantitate enormă de informaţii despre rolul minţii în starea de sănătate. Atitudinile noastre joacă un rol extrem de important în crearea sau distrugerea sănătăţii trupurilor noastre. Depresia, de exemplu, nu numai că afectează capacitatea noastră de vindecare, ci diminuează direct sistemul imunitar. Furia, amărăciunea, supărarea şi resentimentul împiedică procesul de vindecare sau îl ratează în întregime. A avea dorinţa de vindecare înseamnă o

putere uriaşă şi fără această putere interioară, de cele mai multe ori boala cucereşte corpul fizic. Cu această înţelegere nouă, puterii conştiinţei i se dă un loc oficial în cadrul modelului medical al sănătăţii şi al bolii. Este uimitor cât de mulţi oameni consideră o experienţă de boală ca fiind motivul pentru care şi-au îndreptat atenţia spre interior şi şi-au cercetat îndeaproape atitudinile şi stilul de viaţă. Inevitabil, ei descriu în esenţă acelaşi proces de însănătoşire – călătoria de la mintea personală la cea impersonală.

Iniţial, la aflarea unui diagnostic, oamenii sunt plini de teamă. Dar după ce ajung să se stăpânească pe ei înşişi, cei mai mulţi spun că avuseseră deja un sentiment că ceva nu era în ordine, dar îl alungaseră din cauza fricii. Acest lucru este semnificativ pentru că îndrumarea noastră intuitivă ne atrage atenţia când apare o pierdere de putere în corpurile noastre. Totuşi, pe măsură ce, treptat, frica se linişteşte, oamenii relatează că s-au îndreptat spre lăuntrul lor şi şi-au revizuit conţinutul minţii şi informaţiile emoţionale. Acesta este modul în care oamenii încep procesul prin care realizează o compatibilitate între mental şi emoţional sau devin conştienţi de distanţa dintre ceea ce cred şi ceea ce simt. Vindecarea cere unitatea minţii şi a inimii şi, în general, mintea este cea care are nevoie să se adapteze sentimentelor noastre, pe care prea des nu le-am onorat în alegerile zilnice pe care le-am făcut.

Astfel, oamenii relatează poveste după poveste despre cum acţionează pentru a-şi

reorganiza vieţile, exprimându-şi în mod creativ sentimentele în activităţile lor.

Povestea Sylviei prezintă această călătorie în conştiinţa atât a minţii cât şi a inimii. Sylvia fusese diagnosticată cu cancer de sân şi ambii sâni i-au fost extirpaţi. Cancerul s-a extins şi la câţiva noduli limfatici. Ar fi fost firesc să se gândească mereu că are cancer, dar Sylvia s-a detaşat de acest fapt şi, în schimb, s-a concentrat asupra lucrurilor stresante din viaţa ei care îi contaminaseră energia. Şi-a trecut în revistă fricile şi controlul pe care acestea l-au exercitat asupra sufletului său şi a recunoscut că îi era teamă să fie singură. Cancerul a apărut la scurt timp după divorţul ei. Ar fi fost natural pentru ea să se concentreze pe faptul că era singură şi pe amărăciunea provocată de divorţ, dar, în loc de asta, Sylvia a făcut un legământ cu ea însăşi să găsească ceva de valoare în fiecare zi a vieţii sale. A hotărât să nu mai locuiască în ziua de ieri, ci să aprecieze toate lucrurile bune care i s-au întâmplat şi să se elibereze de experienţele dureroase, inclusiv de divorţ. Adeseori simţea tristeţe pentru situaţia ei, dar în loc să trăiască în această tristeţe, a exprimat-o cu glas tare şi apoi a mers mai departe. Mai târziu Sylvia s-a implicat în sprijinirea altor oameni care se vindecau de cancer, lucru care a dat vieţii sale un sens şi un scop nou. Dintr-o perspectivă simbolică, ea a primit „hirotonisirea” – adică puterea pe care ea a dat-o altora i-a fost returnată prin aprecierea şi recunoştinţa celor pe care i-a ajutat. Niciodată înainte ea nu experimentase în aşa măsură stima

faţă de ea însăşi. În şase luni era vindecată de cancer.

Când devii conştient, unul dintre aspecte este că trăieşti în momentul prezent şi apreciezi fiecare zi. Sylvia a fost capabilă să se detaşeze de trecut şi să îşi creeze o viaţă nouă, care avea un scop şi un sens: aceasta este definiţia faptului de a deveni impersonal cu privire la o criză în viaţa personală. Cu toate că făcuse cancer, ea a a ajuns la adevărul că un spirit împuternicit este capabil să vindece un trup bolnav – mintea impersonală deţine autoritatea asupra experienţei personale. Şi, din nou am fost martor că vindecarea este o chestiune de a deveni conştient nu de boală, ci de o forţă a vieţii pe care acea persoană nu a acceptat-o niciodată înainte.

Conştiinţa şi moartea înseamnă, oare, că oamenii care nu se vindecă nu au reuşit să-şi lărgească conştiinţa? Nicidecum. Dar noţiunea că nu au reuşit, a devenit un aspect foarte controversat al gândirii holistice. Un mecanism din minţile noastre insistă să vadă toate situaţiile la modul: ori câştig, ori pierd; bine sau rău. Când trupul cuiva nu se vindecă de o boală, oamenii pot trage în mod greşit concluzia că acea persoană pur şi simplu nu s-a străduit destul.

Moartea nu este un eşec al vindecării. Moartea este o parte inevitabilă a vieţii. Adevărul este că mulţi oameni se vindecă de tulburările lor emoţionale şi psihologice şi astfel mor „vindecaţi”.

Istoria lui Jackson arată ce înseamnă să mori în mod conştient. Jackson m-a contactat pentru o evaluare, pentru că avea o tumoare malignă la

creier. Durerea era constantă şi intensă. Avea intenţia să facă tot ce se poate face pentru a deveni complet, după cum spunea el, indiferent dacă trăia sau murea. Am discutat despre fiecare lucru neterminat pe care l-a putut identifica în viaţa sa, de la relaţii care trebuiau încheiate până la fficile cu care trebuia să se confrunte. S-a gândit până şi la biletele de mulţumire pe care ar fi trebuit să le trimită. Jackson s-a concentrat pe încheiere, dar accentuând următoarele: nu îşi încheia viaţa, ci isprăvea lucrurile neterminate la nivelul său de conştienţă. Se întreba continuu: „Ce trebuia să învăţ în această viaţă?" De fiecare dată când primea un răspuns sau înţelegea ceva, acţiona în consecinţă. A observat, de exemplu, că nu îi explicase niciodată fostei sale soţii de ce dorise să divorţeze. Doar îi spusese într-o zi că se săturase să fie căsătorit şi că voia să fie eliberat de jurământ. Ştia că ea fusese devastată şi derutată şi, cu toate că ceruse o explicaţie, el s-a abţinut în mod deliberat să îi dea vreuna.

Acest comportament, a înţeles el acum, era un tipar, pentru că fosta soţie era doar una din cele câteva persoane pe care le rănise în această manieră. Ea a fost doar cea mai dramatică victimă. Jackson a admis că îi plăcuse sentimentul de putere pe care îl avea când vedea confuzia pe care o crea părăsind oameni sau situaţii. Capacitatea de a crea haos îl făcuse să se simtă important. Acum el a ales să creeze claritate. A contactat flecare persoană pe care o simţea că fusese victimă a acţiunilor sale şi i-a trimis printr-o scrisoare o explicaţie a comportamentului său,

împreună cu scuze. Jackson şi-a examinat mereu partea întunecată şi a luat toate măsurile pe care le-a putut lua pentru a scoate această parte la lumină. Totuşi, el era pe moarte. Mi-a spus însă că totul era bine, pentru că era convins că îşi împlinise lecţiile de viaţă.

Obiectivul de a deveni o persoană conştientă nu este pentru a păcăli moartea, nici măcar acela de a deveni imun la boală. Scopul este de a deveni apt să te descurci cu toate schimbările din viaţa ta, oricare ar fi ele – şi cu cele din corpul tău – fără frică, căutând doar să asimilezi mesajul adevărului conţinut în acea schimbare. În ceea ce priveşte expansiunea conştiinţei, prin meditaţii de pildă, ca asigurare împotriva îmbolnăvirii fizice, înseamnă să interpretezi greşit scopul acesteia. Nu stăpânirea fizicului este obiectivul faptului de a deveni conştient: scopul este cunoaşterea desăvârşită a spiritului. Lumea fizică şi corpul fizic servesc doar ca profesori de-a lungul drumului.

În menţinerea acestei percepţii, vindecarea fricii de moarte şi moartea reprezintă un aspect al liniştii pe care spiritul omenesc este capabil să îl atingă prin drumul spre a deveni conştient. Când cei care au reuşit să îşi extindă conştiinţa de-a lungul punţii dintre lumea aceasta şi următoarea, spun că se simt bine cu continuarea vieţii, sunt spulberate imediat unele din propriile noastre temeri. Eu am avut această şansă când i-am cunoscut pe Scott şi Helen Nearing. Înserez povestea lor pentru că ei au contribuit la propria mea trezire în ce priveşte natura conştiinţei umane şi puterea noastră de a vindeca percepţiile

ce interferează cu capacitatea noastră de a trăi în adevăr.

Scott şi Helen Nearing

Scott şi Helen Nearing sunt cunoscuţi pentru contribuţiile lor la mişcarea ecologistă şi pentru promovarea unui stil de viaţă bazat pe independenţă economică. În tinereţe, ei erau consideraţi rebeli, pentru că în anii 1930, când au devenit o echipă, modul lor de viaţă „înapoi la munca pământului" era practic fără precedent. Ei şi-au construit casa cu mâinile lor şi au trăit cu fructele şi legumele pe care le produceau ei înşişi. Mai mult de şapte decenii, au trăit în armonie cu pământul, iar Helen a continuat acest stil de viaţă până în zilele noastre, adică până în 1995, când a murit. Au dat naştere unui şuvoi de articole şi conferinţe menite să-i determine pe oameni să onoreze mediul înconjurător şi viaţa de independenţă economică, inclusiv Trăirea Unei Vieţi Adevărate, în care ei descriu beneficiile unui mod de viaţă în care apreciezi mereu abundenţa naturii. Idealurile lor şi conştiinţa că există un ciclu mai mare al cauzei şi efectului divin continuă să inspire şi astăzi nenumăraţi oameni. Scott a murit la începutul anilor 1980 la vârsta de 100 de ani. Am avut privilegiul de a ajunge să o cunosc pe Helen când a venit la unul din seminariile mele şi mi-a împărtăşit alegerea pe care o făcuse soţul ei pentru a muri. El făcuse conştient această alegere atunci când simţise că nu mai era capabil să trăiască într-o manieră care să sprijine creşterea sa spirituală.

„Într-o zi, Scott a intrat în casă aducând

lemne pentru foc. A pus lemnele jos şi m-a anunţat că venise timpul să moară. Mi-a spus că ştia acest lucru pentru că nu mai era în stare să îşi îndeplinească sarcinile şi să îşi ducă la bun sfârşit responsabilităţile. Mi-a spus că devenise «conştient» adânc înăuntrul său că îi venise timpul să moară, şi că va întâmpina moartea nemaimâncând. Trei săptămâni am stat lângă el, pe când zăcea în pat, abţinându-se să mănânce. Nu am făcut nicio încercare să îi ofer ceva sau să îl fac să se răzgândească, pentru că înţelesesem profunzimea alegerii lui Scott”.

Scott Nearing a trecut dincolo în trei săptămâni de la luarea deciziei de a muri din cauza incapacităţii de a trăi independent – tema vieţii sale lungi de 100 de ani. Mai târziu, Helen a comentat: „Intenţionez să fac la fel imediat ce voi deveni aproape incapabilă să-mi port de grijă. A muri nu este ceva de care să-ţi fie teamă. Pur şi simplu accepţi că ţi-a venit ceasul să pleci şi colaborezi cu el încetând să mănânci. Tot ce faci este să îţi părăseşti trupul. Nu e mare scofală”.

Scott şi Helen au atins un nivel de conştiinţă şi alegere personală care poate fi discutabil – dar atunci, întreaga lor viaţă a fost discutabilă. Calea pe care au ales-o ca să moară înfruntă credinţele tribale existente despre modificarea procesului morţii, ca şi convingerea religioasă că ceasul morţii noastre stă doar în mâinile lui Dumnezeu. Poate fi foarte adevărat, dar dacă suntem capabili să recunoaştem că ne-a venit ceasul, nu suntem oare liberi să colaborăm cu această cunoaştere? Poate că Scott, ca urmare a strădaniei de a trăi

aproape impersonal – aliniat la idealurile care deţineau numai adevărul – a câştigat binecuvântarea de a i se spune „din interior” că i-a venit ceasul. În loc să se dezintegreze prin boală, el a cooperat cu intuiţia sa şi a ieşit din viaţă deplin conştient până în ultimul moment. Nu arată acest lucru ce înseamnă să fii conştient? A muri conştient este fără îndoială una din numeroasele binecuvântări de a fi trăit o viaţă conştientă.

În timp ce scriam această carte, în septembrie 1995, a murit şi Helen. Ea a suferit un atac de cord în timp ce conducea. Îmi spusese că va părăsi această viaţă la terminarea următoarei sale cărţi. S-a ţinut de cuvânt.

Atât de substanţială este frica noastră de moarte, încât în minţile noastre tribale este foarte probabil ca moartea să fie dominată de superstiţie. Scott şi Helen ar trebui să fie pomeniţi pentru că au intensificat trezirea noastră în ce priveşte viaţa din resurse proprii, dar şi pentru că au fost doi oameni care au avut încredere totală în continuitatea vieţii dincolo de formele fizice.

Sogyal Rinpoche

Sogyal Rinpoche este un profesor renumit şi autor al „Cărţii tibetane a vieţii şi a morţii”. Şi-a căpătat o reputaţie mondială ca „Rinpoche zâmbitor”, pentru că personalitatea sa scânteiază de umor.

În 1984 m-am întâlnit cu Sogyal în casa lui din Paris. Nu mai fusesem niciodată în compania unui Rinpoche, dar sigur că citisem o groază despre maeştrii tibetani şi eram dornică să aflu dacă ceea ce citisem era adevărat. Citisem, de

exemplu, că mulţi maeştri tibetani reuşiseră să transcendă legile obişnuite ale timpului şi spaţiului, că unii erau capabili să levitezesau să alerge cu 40 mile pe oră. Citisem, de asemenea, că ori de câte ori un maestru tibetan este întrebat direct despre „puterea” lui, el va devia orice interes în privinţa sa, preferând să vorbească despre alţi maeştri evoluaţi.

În drumul spre rezidenţa lui Sogyal mă întrebam ce vom servi la cină. Cum nu aveam idee care erau uzanţele sociale ale tibetanilor, îmi puneam tot felul de întrebări ridicole – de pildă, dacă va trebui să meditez ore întregi înainte de cină? S-a dovedit că Sogyal comandase mâncare chinezească şi am stat pe podeaua biroului său, mâncându-ne cina direct din cutie.

De îndată ce atmosfera socială a devenit favorabilă discuţiei serioase, l-am întrebat pe Sogyal:

— Este adevărat că puteţi levita?

A izbucnit într-un hohot de râs, isteric, aş putea adăuga – şi apoi mi-a spus:

— Oh, nu, eu nu. Dar maestrul meu putea.

Apoi am întrebat:

— Este adevărat că, datorită practicării meditaţiei, puteţi alerga neobişnuit de repede?

Din nou întrebarea mea a fost primită cu râsete şi iarăşi el mi-a răspuns:

— Oh, nu, eu nu. Dar maestrul meu putea.

Răspunsurile sale se potriveau perfect cu ceea ce citisem:

că un maestru tibetan intervievat abate atenţia de la propria sa putere la puterea altcuiva.

Apoi mi-a trecut prin minte: poate că Sogyal îmi citea gândurile şi ştia exact ce citisem şi de unde veneau întrebările mele. În cele din urmă, am spus:

— Nu mai am nicio întrebare. Este ceva ce aţi vrea să îmi spuneţi?

— Aş vrea să vă spun despre modul în care maestrul meu a ajuns să moară, a spus el. I-a adunat pe astrologii săi la un loc şi le-a spus să îi facă un horoscop şi să fie atenţi la momentul perfect pentru el ca să-şi retragă spiritul din energiile terestre. Spiritul său era extrem de puternic, iar el voia să plece fără să provoace niciun fel de consecinţe energetice. Puteţi să nu fiţi conştientă de asemenea lucruri, dar când un spirit părăseşte pământul, întregul câmp energetic este influenţat. Iar atunci când un spirit foarte puternic pleacă, influenţa asupra pământului este încă şi mai dramatică.

Aşa că, astrologii săi au ajuns la o zi şi o oră care însemnau momentul perfect pentru moartea sa fizică. Atunci el le-a spus discipolilor să-i că în acea zi şi la acea oră, el va pleca. Şi chiar aşa a făcut. A meditat cu discipolii săi în acea zi, i-a binecuvântat, iar apoi a închis ochii şi şi-a eliberat spiritul din corp.

L-am întrebat pe Sogyal dacă maestrul său alesese să moară pentru că era bolnav. Din nou întrebarea l-a făcut pe Sogyal să izbucnească într-un râs aproape incontrolabil şi a spus:

— Bolnav? Ce are a face boala cu asta? Aşa cum toţi ne naştem la momentul potrivit pentru ca energia noastră să vină pe acest pământ, la fel

există un moment perfect pentru noi ca să îl părăsim. Maestrul meu nu era bolnav. El era complet. Noi nu suntem meniţi să murim în suferinţă şi boală. Mintea conştientă este capabilă să elibereze spiritul din corp fără să fie nevoie să suporte durerea degradării fizice. Această alegere este la îndemâna oricui.

Sogyal a descris starea de măiestrie spirituală ca fiind atingerea unui nivel de conştienţă care „nu cunoaşte niciun conflict cu Divinitatea”, astfel că alegerile cuiva sunt una cu alegerea Divinităţii. După Sogyal, maestrul său trăia într-o stare de conştienţă în care dilema alegerii – convingerea că o alegere este mai bună decât alta – nu mai exista. Orice alegere era alegerea corectă, cum spunea Sogyal, în starea de perfecţiune pe care o atinsese maestrul său. Sogyal a spus că maestrul său a fost un exemplu de minte iluminată, şi în timp ce trăia, şi când a murit.

Dezvoltarea minţii impersonale şi a percepţiei simbolice

Soţii Nearing şi Sogyal Rimpoche s-au adăpat din puterea minţii impersonale. Descrierea conştiinţei pe hârtie are limitările sale, totuşi, din cauza calităţilor inefabile ale spiritualităţii. Aşa cum se spune în Zen koan: „Dacă poţi spune ce este ea, atunci aceasta nu este ea”.

Îmi amintesc limpede de profesoara care m-a introdus în gândirea budistă şi hindusă. Ca examen final, într-un weekend ne-a dus pe toţi cei cinci stundenţi ai săi într-un loc îndepărtat, fără facilităţi şi a instituit următoarele reguli: nu erau

permise discuţiile şi nici ceasurile. În timpul nopţii ea trezea câte un student, îi cerea să adopte o postură yoga, apoi îi punea întrebări cum ar fi: Cum vorbeşte un creştin despre natura lui Dumnezeu? Cum vorbeşte un buddhist despre natura realităţii? Care este adevărul despre viaţa eternă? Care este scopul acestei vieţi? întrebările erau profunde şi penetrante. Ea nu evalua însă calitatea răspunsurilor noastre, ci ataşamentul nostru la o anumită şcoală de gândire. Dacă sesiza că eram ataşaţi mai mult de o formă a adevărului decât de alta, însemna că nu am reuşit să învăţăm lecţia pe care o preda ea: Tot adevărul este acelaşi la nivelul adevărului însuşi. Că adevărul devine „cultivat” este o iluzie. Pentru ea, a deveni conştient însemna, în esenţă, a căuta adevărul care este desprins de forma lui socială sau culturală. Privind înapoi la influenţa pe care a avut-o asupra mea, consider că ea a făcut munca de bază pentru dezvoltarea percepţiei mele simbolice.

Cum putem lucra cu minţile noastre pentru a ne rafina sistemul mental de percepţie şi pentru a căpăta abilitatea de a trece prin iluzie? Ca în cazul tuturor obiectivelor care merită efortul, pentru a face orice progres substanţial este necesară o anumită disciplină. Cazul următor prezintă o cale greşită pentru a ne ocupa de sarcina de a deveni mai conştienţi.

Oliver era un om de afaceri de mare succes, dar atinsese un punct în viaţa sa în care voia să facă ceva mai semnificativ. Aşa că, a încercat să lucreze în diferite proiecte care reprezentau

activităţi sociale semnificative. Nimic nu i s-a părut potrivit s-a rugat pentru călăuzire, ca să afle ce să facă cu viaţa lui. În cele din urmă, a aranjat o întâlnire cu un maestru spiritual cunoscut în toată lumea. Vizita a durat în total zece minute, timp în care acest maestru spiritual i-a spus lui Oliver că sarcina lui era „să aştepte şi să ajungă să fie pregătit”. Aşa că el „a aşteptat” – a aşteptat la Paris, la Roma, în Orient. A aşteptat în hoteluri de prima clasă şi sorbind cappuccino pe Riviera. Până la urmă, a hotărât că instrucţia de „a aştepta” era nefolositoare. S-a întors la proiecte pentru alţii şi la scrisul cecurilor care le susţineau. Dar inima lui rămânea goală. După părerea mea, maestrul spiritual i-a dat singura instrucţie pe care nu o putea îndeplini cumpărând ceva. Dacă ar fi fost capabil „să aştepte” într-un sens spiritual, „să meargă înăuntru” şi să accepte orice măsură umilă pe care i se cerea să o ia, atunci ar fi început să primească răspunsul.

În multe privinţe, cerinţa spirituală de „a aştepta” şi de a deveni o persoană de altă calitate înseamnă o contribuţie adusă acestei lumi mai mare decât finanţarea unui spital nou. Poate fi greu de înţeles. Nu suntem obişnuiţi să preţuim ceea ce nu putem vedea şi nu putem vedea puterea emanată de un suflet sănătos. Astfel, aceia a căror lucrare este „aşteptare şi devenire” pot părea adesea inutili. Dar „aşteptare şi devenire” este înţelesul simbolic pentru a fi „chemat la hirotonisire” – adică a permite Divinităţii să trezească acea parte a spiritului tău care conţine esenţa a ceea ce eşti tu capabil să

aduci ca şi contribuţie celorlalţi şi ţie însuţi în aceeaşi măsură. Femeia care a devenit cunoscută drept Pelerinul Păcii întruchipează acest proces spiritual prin care se permite Divinităţii să deschidă o uşă de intrare.

Pelerinul Păcii, singurul nume pe care această femeie l-a folosit în ultimii douăzeci şi cinci de ani ai vieţii sale, a trăit o viaţă umilă şi profund spirituală în care s-a rugat să i se arate o cale de servire. La vârsta de cincizeci şi doi de ani, ea a ascultat de călăuzirea interioară care a îndrumat-o să meargă de la un capăt la altul al ţării în folosul păcii. Acestea au fost instrucţiile pentru „hirotonisirea" ei. Astfel, având doar „cămaşa de pe ea", a început să meargă pe jos şi „mergea până când i se dădea un loc să se odihnească şi mânca numai ce i se oferea". Viaţa ei a devenit o declaraţie a puterii de a avea încredere deplină că Dumnezeu se îngrijeşte de nevoile fiecăruia.

În timpul celor 25 de ani de pelerinaj, Pelerinul Păcii a influenţat vieţile a sute de mii de oameni, care au fost copleşiţi de remarcabilul ei raport cu intervenţia Divină. Am auzit-o spunând două istorioare care m-au emoţionat profund. Odată, pe când străbătea un drum de ţară, temperatura a scăzut rapid. Ea nu era pregătită pentru o asemenea schimbare rapidă şi a îngheţat până la os. În apropiere nu era niciun loc unde ar fi putut găsi adăpost. Atunci a auzit o voce care i-a spus: „Du-te sub podul următor". A făcut cum i s-a spus şi acolo a găsit o cutie, destul de mare ca să se odihnească în ea. În cutie era o pătură şi o

pernă. Relatând această întâmplare, ea a presupus că voi înţelege că acele obiecte fuseseră puse acolo de Dumnezeu.

Pelerinul Păcii spunea că în decursul vieţii sale a trecut prin cicluri de învăţătură despre conflict. Ea fusese nevoită să experimenteze mai întâi conflicte exterioare, apoi conflicte interioare. Când, în cele din urmă, şi-a predat viaţa lui Dumnezeu, a fost binecuvântată cu darul de a învăţa fără conflicte. Pelerinul Păcii a devenit un izvor de înţelepciune nesfârşită, care este esenţa Sefirotului Hokhmah şi a înţelegerii şi raţiunii Divine, care este esenţa Sefirotului Binah. Ea a devenit un compendiu al spiritului hirotonisit, cu percepţie simbolică fluentă şi trăind în totală armonie şi credinţă cu Divinitatea.

Învăţăturile ei pentru ceilalţi erau, ca să păstrăm natura adevărului, întotdeauna foarte simple: „Nu mănânc gunoaie şi nu gândesc lucruri murdare”. Traducerea: Cinsteşte trupul, cinsteşte mintea, cinsteşte sufletul.

Dezvoltarea minţii impersonale este un obiectiv de o viaţă întreagă, pe de-o parte pentru că este o încercare atât de substanţială şi, pe de altă parte, pentru că ne poartă în adâncimea iluziilor şi a fficilor noastre. Trebuie să ne reconstruim pe noi înşine începând din interior spre afară, proces care întotdeauna determină numeroase schimbări în vieţile noastre. Încă mai caut o persoană care urmează calea trezirii conştiinţei şi care să nu fi trecut printr-o perioadă de „aşteptare”, în timpul căreia interiorul său să fi fost reconstruit. Şi, ca în cazul tuturor aspectelor

spiritului, odată ce pornim pe această cale, nu mai există întoarcere.

Următoarele îndrumări oferă un punct de plecare pentru dezvoltarea minţii impersonale şi dobândirea percepţiei simbolice, a capacităţii de a vedea prin iluzie şi de a capta puterea energiei aflate dincolo de decor. În timp ce redactez aceste instrucţii, am în minte sefiroţii care rezonează cu chakra a şasea, Hokhmah şi Binah. Aceşti paşi pot să vă ajute să ajungeţi la percepţia simbolică şi să vă sporiţi capacitatea de a atinge dimensiunea raţionamentului divin.

Dezvoltaţi practica introspecţiei şi munciţi pentru a deveni conştienţi de ceea ce credeţi şi pentru ce motiv credeţi.

Păstraţi o minte deschisă şi învăţaţi să fiţi conştienţi atunci când mintea „se decuplează”.

Recunoaşte-ţi starea de a sta în defensivă ca pe o încercare de a împiedica concepţiile noi să pătrundă în câmpul vostru mental.

Interpretaţi toate situaţiile şi relaţiile ca având o importanţă simbolică, chiar dacă nu puteţi înţelege imediat care este aceasta.

Deveniţi deschişi să primiţi călăuzire şi cunoaştere prin intermediul viselor.

Lucraţi pentru eliberarea de orice gânduri care încurajează autocompătimirea ori furia sau care învinovăţesc o altă persoană pentru ceea ce vi s-a întâmplat vouă.

Practicaţi detaşarea. Luaţi decizii bazate pe evaluarea cea mai înţeleaptă de care sunteţi capabili în momentul respectiv, în loc să lucraţi pentru a obţine un rezultat anume.

Abţineţi-vă de la orice judecăţi – nu doar de la cele îndreptate împotriva oamenilor şi a situaţiilor, ci şi de la judecăţile referitoare la mărimea şi importanţa sarcinilor de îndeplinit. În schimb, amintiţi-vă mereu adevărul mai înalt că nu puteţi cu niciun chip să vedeţi toţi factorii sau detaliile vreunei situaţii, nici să vă imaginaţi toate consecinţele acţiunilor voastre pe termen lung.

Învăţaţi să recunoaşteţi când sunteţi influenţaţi de un tipar bazat pe frică. Detaşaţi-vă imediat de acea frică, observându-i influenţa asupra minţii şi asupra emoţiilor voastre; apoi, faceţi alegeri care să slăbească influenţa acestor frici.

Detaşaţi-vă de toate valorile care alimentează convingerea că succesul în viaţă înseamnă atingerea anumitor scopuri. În schimb, vedeţi o viaţă de succes ca pe un proces de dobândire a autocontrolului şi a capacităţii de a trece prin provocările pe care vi le aduce viaţa. Imaginaţi-vă succesul mai degrabă ca pe o forţă energetică, decât ca pe o forţă fizică.

Acţionaţi conform călăuzirii interioare şi renunţaţi la nevoia vreunei „dovezi” că îndrumarea voastră lăuntrică este autentică. Cu cât cereţi mai mult o dovadă, cu atât este mai puţin probabil să primiţi vreuna.

Păstraţi-vă toată atenţia în momentul prezent, abţineţi-vă să trăiţi în trecut sau să vă faceţi griji pentru viitor. Învăţaţi să vă încredeţi în ceea ce nu puteţi vedea, mult mai mult decât în ceea ce puteţi vedea.

A deveni conştient

Nu este deloc uşor să devii conştient. Propria mea viaţă era mult mai uşoară înainte de a afla despre înţelesul mai profund al alegerii, despre puterea alegerii care însoţeşte asumarea responsabilităţii. Lăsarea responsabilităţii în seama unei surse exterioare poate părea mult mai uşoară, cel puţin pe moment. Totuşi, odată ce ştii mai mult, nu poţi scăpa aşa uşor păcălindu-te singur prea mult timp.

Mi se topeşte inima pentru oamenii care muncesc din greu pentru a se elibera de atitudinile negative şi de amintirile dureroase. „Doar spune-mi cum să fac şi o voi face”, îmi spun ei. Căutăm mereu o meditaţie uşoară, exerciţiul uşor care ne va scoate din ceaţă, dar conştiinţa nu lucrează în acest fel. Ironia sorţii este că există o cale simplă de ieşire, numai că nu este uşoară: renunţă. Renunţă la cum crezi tu că ar trebui să fie viaţa ta şi acceptă viaţa care încearcă să îşi croiască drum în conştiinţa ta.

Atât de mulţi oameni care se luptă să-şi găsească drumul se află în această stare de aşteptare, necesară, dar plină de confuzie. O parte a fiecăruia dintre ei este dornică să permită voinţei divine să le conducă viaţa, totuşi ei rămân chinuiţi de teama că îşi vor pierde tot confortul din planul fizic dacă se vor preda într-adevăr voinţei divine. Astfel, ei sunt ţinuţi într-o poziţie de aşteptare până când devin destul de puternici ca să se elibereze de această frică şi să accepte adevărul mai profund că „totul va fi bine” – nu bine conform definiţiilor noastre, poate, ci, în mod sigur, după cea a lui Dumnezeu.

Toby m-a contactat pentru o evaluare fiindcă suferea de o puternică depresie, de artrită şi de impotenţă. Evaluându-l energetic, am avut impresia că sănătatea sa se deteriorase imediat după a cincizecea aniversare a zilei de naştere. Într-adevăr, el era convins că odată ce a împlinit cincizeci de ani, anii cei mai buni ai vieţii sale se vor fi terminat. Când i-am împărtăşit impresia mea, mi-a răspuns: „Ei bine, priveşte numai în jurul tău. Vezi vreo oportunitate de afaceri pentru bărbaţi de vârsta mea? Acum trăiesc cu frica permanentă că îmi voi pierde slujba în favoarea unei persoane mai tinere, şi ce am să mă fac atunci?”

I-am sugerat lui Toby să înceapă un program de exerciţii fizice, concentrându-se pe reconstruirea corpului fizic. Avea nevoie să facă ceva pentru a experimenta reîntoarcerea puterii în trupul său şi, prin extensie, în viaţa sa. Spre marea mea surpriză, el a fost deschis la această sugestie. Amânase să se înscrie la o sală de sport, mi-a spus, dar acum era de acord să se ducă. Apoi i-am spus să citească unele materiale buddhiste despre iluzii şi să înceapă să se gândească la vârstă şi la timp ca fiind iluzii. Această sugestie l-a oprit pe Toby din drum.

— Cum poate fi timpul o iluzie?

— Poţi lua hotărârea că nu vei îmbătrâni conform unui timp linear obişnuit. Poţi hotărî să arunci calendarul şi să dai în fiecare zi ce ai mai bun, i-am răspuns.

Toby a început să râdă.

— Mi-ar plăcea să cred că asta ar putea

funcţiona, a spus el.

I-am spus:

— Atunci încearcă. Poţi oricând să revii şi să fii un om bătrân. Această opţiune există mereu. Dar mai întâi, încearcă.

Apoi, datorită seninătăţii din vocea lui Toby, l-am întrebat:

— Realizezi că, măcar în aceste câteva momente, nu ai fost deprimat?

Toby a făcut o pauză pentru o clipă.

— Ai dreptate. Nu am mai fost deloc conştient de depresia mea.

— Ai, în acest moment, vreo durere cauzată de artrită, l-am întrebat.

— Trebuie să spun că nu, cel puţin nu în acest moment. Dar, oricum, durerea vine şi trece.

— Dar chiar acum, în acest moment, când iei în considerare posibilitatea de a te simţi liber şi bine din nou, nu eşti nici deprimat şi nici nu ai dureri, corect?

— Corect, a răspuns.

— Hai atunci să presupunem că, cu cât îţi oferi mai multe opţiuni mentale pozitive şi cu cât întreprinzi mai multe acţiuni pozitive, cu atât te vei simţi mai bine şi îţi vei recupera forţele, inclusiv energia sexuală.

Toby a spus:

— Foarte bine. Dar dacă nu pot menţine o concepţie generală pozitivă? Atunci totul se va schimba la loc, nu-i aşa?

— Aşa este.

— Aşadar, spui că eu sunt răspunzător de stările mele proaste şi de artrita mea şi că

depresia sporeşte durerea. Deci eu sunt răspunzător de toate acestea.

— Aşa se pare, i-am spus.

— Ar fi trebuit să te faci avocat, a replicat Toby. Mi-ai dat mult de gândit, a adăugat. Îmi voi da toată silinţa.

Patru luni mai târziu am primit o carte poştală de la Toby. El şi soţia lui erau într-o croazieră. Ilustrata spunea: „Petrecem minunat, ziua şi noaptea inclusiv”.

Nu se întâmplă des ca o conversaţie să poată schimba viaţa cuiva atât de radical, dar Toby era dornic să-şi privească atitudinile şi să recunoască faptul că alesese să rămână în negativitate. Când o persoană acceptă cu atâta uşurinţă energia înţelepciunii, nu pot decât să-mi imaginez că forţele spirituale prezente în câmpurile noastre energetice, ca Hokhmah, sefirotul înţelepciunii, stau şi doar aşteaptă o ocazie pentru a penetra în conştiinţa noastră.

Carrie, de treizeci şi patru de ani, mi s-a prezentat la telefon, spunând:

— Ceva este în neregulă cu mine.

— Bine, ce anume? am întrebat.

— Nu mai pot să îmi fac munca. Nu mai pot să gândesc. Nu mai pot să fac nimic, a spus ea.

Când i-am scanat energia, am observat imediat că mintea ei, simbolic vorbind, nu era „în „corpul ei. Era plină de imagini care nu aveau nimic de-a face cu viaţa sa prezentă, dar care implicau o viaţă spirituală în singurătate, într-o zonă îndepărtată a ţării.

— Ce citeşti? am întrebat-o.

Carrie a descărcat o listă de cărţi, toate legate de spiritualitate şi apoi a spus:

— Mă tot gândesc că locul meu este în New Mexico. M-am retras acolo acum un an şi am avut acest sentiment minunat că ar trebui să îmi mut viaţa în New Mexico. Nu cunosc pe nimeni care trăieşte şi munceşte acolo, dar nu pot să scap de ideea asta, a spus ea.

Pe când discutam despre intensitatea acestui sentiment al ei, i-am explicat lui Carrie, folosind înţelesul simbolic al Tainei Hirotonisirii, că uneori oamenii sunt chemaţi în anumite locuri şi că ar putea fi o alegere înţeleaptă să urmeze acest sentiment

Carrie a început să plângă şi să spună că îi era frică să plece şi îi era frică şi să rămână.

— Simt că viaţa mea aici s-a terminat şi că trebuie să fug, dar n-am nicio idee despre ce mă aşteaptă.

Am întrebat-o ce motivaţie a avut ca să meargă în acea recluziune. Mi-a spus că a fost foarte inspirată de viaţa unei femei care i-a spus lui Dumnezeu: „Doar arată-mi adevărul. Nu vreau nimic altceva în viaţă”. Aparent, acea femeie a început să ducă o viaţă remarcabilă după ce a făcut această rugăciune.

— Eu nu sunt o misionară, a spus Carrie. Dar vreau să trăiesc o viaţă adevărată. Nu simt că realizez acest lucru aici, ca avocat în Detroit. Îi respect pe oamenii cu care lucrez şi sunt recunoscătoare pentru şansa de a ajuta oamenii prin munca mea, dar m-am simţit permanent goală pe dinăuntru şi nu mai pot să suport asta.

I-am spus:

— Eu nu sunt unul care să le spună oamenilor unde să trăiască, dar am convingerea că trebuie să urmezi acea voce pe care o auzi.

Carrie s-a mutat în New Mexico. A renunţat la practicarea avocaturii şi, spre marea ei surpriză, odată instalată în noul său cămin, s-a trezit atrasă să devină moaşă, o ocupaţie la care nu se gândise niciodată în timp ce trăia în Detroit.

Mi-a scris de câteva ori ca să mă ţină la curent şi de fiecare dată exprima o senzaţie de viaţă care revenea în corpul ei. „Simt un flux de energie de fiecare dată când mă apropii de o femeie însărcinată. Încep să înţeleg această substanţă numită energie. Pe când trăiam în Detroit, am alungat-o ca fiind doar imaginaţie, dar acum cred că există o forţă conştientă în acest univers care susţine continuu viaţa şi că această forţă curge prin noi”, spunea într-o scrisoare.

Din punctul meu de vedere, Carrie găsise calea predestinată pentru ea. Eu sunt mereu copleşită de respect şi uimire în faţa oamenilor ale căror vieţi sunt atât de pline de prezenţa călăuzirii.

Drumul spre a deveni conştient este de multe ori mai atractiv în teorie decât în practică. Obţinerea conştienţei în mod teoretic, prin cărţi şi discuţii, ne îngăduie să ne imaginăm că ajungem pe Tărâmul Făgăduinţei fără a trebui să facem, de fapt, vreo schimbare în viaţa noastră. Însuşi gândul că există un tărâm făgăduit poate face ca o persoană să se simtă extraordinar pentru o perioadă. Într-o oarecare măsură, „dependenţii de

seminarii” chiar asta fac – ajung într-o zonă superioară prin conversaţie, dar se întorc la casele şi la vieţile lor, regăsindu-le exact cum le lăsaseră.

Scriitorul englez Graham Greene a aşteptat doi ani şi jumătate pentru o întâlnire de cincisprezece minute cu misticul catolic Padre Pio, care trăia într-o mănăstire din Italia. Padre Pio îşi câştigase o reputaţie extraordinară ca „sfânt în viaţă”, dintr-o serie de motive remarcabile, dintre care, nu cel mai neînsemnat, era faptul că purta „stigmatele” – „rănile lui Hristos” – care fuseseră imprimate pe corpul său pe când era un tânăr preot. În ziua în care Graham Greene era programat să se întâlnească cu misticul, Greene a asistat mai întâi la o liturghie oficiată de Padre Pio. Întâlnirea lor era programată să înceapă după mesă; dar Greene a părăsit biserica, s-a îndreptat spre aeroport şi a zburat imediat înapoi la Londra. Când a fost întrebat de ce a renunţat la întâlnire, Greene a răspuns: „Nu eram pregătit pentru maniera în care acel om mi-ar fi putut schimba viaţa”. Totuşi, în cele din urmă, minţile noastre ajung să fie supraîncărcate cu informaţii şi vine ziua când nu mai putem călări două nivele de percepţie simultan. Încercăm să facem cum vrem, dar nu putem la nesfârşit să „vizităm” adevărul şi apoi să ne întoarcem la iluzie. La un anumit punct, însuşi procesul schimbării ne mişcă înainte.

Cu câţiva ani în urmă am întâlnit un bărbat numit Dan, care urma un curs de conştienţă şi practici de afaceri. El spunea că s-a simţit foarte inspirat de prezentare, care se concentra pe aplicarea în afaceri a principiilor sănătăţii

holistice – cum ar fi o atitudine pozitivă şi combinarea tăriei minţii şi a inimii. Timp de câteva săptămâni după seminar, spunea Dan, el a împărtăşit deschis colegilor săi de muncă cunoaşterea pe care o primise. Era convins că entuziasmul său va fi contagios şi că fiecare din ei va fi inspirat să aducă mai multă conştienţă personală în munca sa.

Primul test oficial al proaspătului său optimism a venit în perioada în care compania lui lansa un nou proiect. Le-a spus colegilor să „vizualizeze" succesul şi abundenţa. Chiar i-a adunat pe toţi în prima zi a noului proiect ca să mediteze împreună. Ulterior, şeful lui Dan i-a spus în particular că ar aprecia mult dacă şi-ar ţine „magia" nou descoperită departe de companie. Când rezultatele proiectului s-au dovedit a nu fi un succes, Dan şi ideile sale noi au devenit ţinta unor critici nemiloase, în aşa măsură încât a demisionat de la companie. Luni întregi după aceea, el a oscilat între confuzie şi disperare. Apoi, într-o zi, o fostă colegă de serviciu i-a cerut să se întâlnească. În timpul conversaţiei, aceasta i-a spus lui Dan că în timp ce el era în efervescenţă cu noile sale idei, câţiva angajaţi şi-au exprimat îngrijorarea că aderase la o sectă. În timpul acestei discuţii, Dan a înţeles că făcuse o greşeală de gândire.

Doar pentru că el era pregătit să trăiască după un set nou de reguli interioare, presupusese că oricine altcineva ar fi fost de asemenea pregătit. Şi ei nu erau. El dorea ca mediul său să devină imediat un exemplu viu al conceptelor de la seminar – în principal pentru că ştia că i s-ar fi

părut greu să continue să lucreze acolo cu noile sale reguli interioare atât de diferite de regulile exterioare ale companiei. În cele din urmă a acceptat că nu i s-ar fi putut oferi niciun dar mai mare decât motivaţia de a-şi părăsi poziţia, ca să poată găsi un mediu de lucru mai potrivit. La scurt timp după aceea, el a început să îşi urmeze noua viaţă.

A deveni conştienţi înseamnă a schimba regulile după care trăim şi convingerile pe care le nutrim. Amintirile şi atitudinile noastre sunt pur şi simplu reguli care determină calitatea vieţii, precum şi tăria legăturilor noastre cu ceilalţi. Întotdeauna, o schimbare în conştiinţă include o perioadă de izolare şi singurătate, timp în care te obişnuieşti cu noul nivel al adevărului. Şi apoi, întotdeauna, îţi găseşti tovarăşi noi. Nimeni nu este lăsat singur prea mult timp.

Expansiunea noastră în tărâmul conştiinţei foloseşte întotdeauna energiile sefiroţilor Hokhmah şi Binah, combinate cu dorinţa inerentă de a ne găsi calea predestinată – hirotonisirea – o cale de servire care ne permite să contribuim cu cel mai înalt potenţial al minţilor, trupurilor şi spiritelor noastre.

Întrebări pentru auto-examinare

1. Ce convingeri care vă determină să interpretaţi acţiunile celorlalţi într-un mod negativ aveţi?

2. Ce tipare comportamentale negative ies la suprafaţă mereu în relaţiile voastre cu ceilalţi?

3. Ce atitudini care vă subminează puterea aveţi?

4. Ce convingeri – despre care ştiţi că nu sunt adevărate – continuaţi să acceptaţi?

5. Aveţi tendinţa să judecaţi? Dacă da, ce situaţii sau relaţii tind să trezească această tendinţă în voi?

6. Vă găsiţi scuze pentru comportamentul negativ?

7. Vă puteţi aminti momente în care aţi fost confruntaţi cu un nivel de adevăr mai profund decât eraţi obişnuiţi să auziţi şi consideraţi că experienţa v-a intimidat?

8. Ce convingeri şi atitudini v-ar plăcea să schimbaţi în voi înşivă? Sunteţi dornic să vă luaţi angajamentul de a face aceste schimbări?

9. Vi se pare confortabil să vă gândiţi la viaţa voastră la modul impersonal?

10. Sunteţi înspăimântat de schimbările care ar putea interveni în viaţa voastră dacă aţi accepta cu inima deschisă un stil de viaţă conştient?

CAPITOLUL VII

Chakra Şapte: Racordarea la Divinitate

Cea de-a şaptea chakră reprezintă conexiunea cu natura noastră spirituală şi capacitatea noastră de a permite acesteia să devină o parte integrantă a vieţii noastre materiale, oferindu-i spiritualităţii posibilitatea de a ne călăuzi. În timp ce ansamblul sistemului nostru energetic este animat de spiritul propriu, cea de-a şaptea chakră este astfel aliniată încât permite o relaţie strânsă cu Divinul. Ea este Chakra Rugăciunii. Reprezintă „contul nostru din banca îndurării”, depozitul pentru energia strânsă prin gândurile şi acţiunile noastre bune sau prin

actele de credinţă şi rugăciune. Ea ne permite să dobândim o creştere a intensităţii în conştientizarea interioară prin meditaţie şi rugăciune. Cea de-a şaptea chakră reprezintă conexiunea cu dimensiunea transcendentală a vieţii.

Localizare: vârful capului.

Conexiuni energetice cu corpul: Cea de-a şaptea chakră este punctul de intrare pentru forţa vitală umană care curge permanent în sistemul energetic uman, de la universul infinit, de la Dumnezeu sau Tao. Această forţă hrăneşte corpul, mintea şi spiritul. Ea este distribuită întregului corp şi celor şase chakre inferioare, stabilind astfel legătura între Chakra Şapte şi întregul corp fizic. Energia celei de-a şaptea chakre influenţează energia sistemelor majore ale corpului: sistemul nervos central, sistemul muscular, tegumentul.

Conexiunea energetică cu corpul:

Chakra Şapte conţine energia care generează devoţiunea, gândurile inspirate şi profetice, ideile transcendentale şi stările mistice de conectare.

Conexiunea simbol/percepţie: Chakra Şapte conţine cea mai pură formă de energie a graţiei, aşa numita prana. În această chakră este depozitată energia generată prin meditaţie şi rugăciune şi ea veghează capacitatea noastră de a avea viziuni spirituale. Ea reprezintă centrul energetic al înţelegerii spirituale, al unei viziuni şi ale unei intuiţii aflate dincolo de percepţia umană obişnuită. Ea reprezintă tărâmul mistic, un plan al raportului conştient cu Divinul.

Fricile de bază: temeri legate de chestiuni

spirituale ca „noaptea întunecată a sufletului”; frici legate de abandonul spiritual, de pierderea identităţii şi pierderea conexiunilor cu viaţa şi cu oamenii din jurul nostru.

Puterile fundamentale: credinţa în prezenţa Divinului şi tot ceea ce reprezintă credinţa în viaţa noastră – ghidarea interioară, înţelegerea vindecării şi un anumit tip de încredere care eclipsează fricile omeneşti obişnuite; devoţiunea.

Conexiunea Sefirot/ Taină: Sefirotul legat de Chakra Şapte este Keter care înseamnă „coroană”. Tradiţiile spirituale din est se referă la Chakra Şapte prin termenul de Chakra Coroanei. Keter reprezintă „nimicul” „vacuitatea”, respectiv energia prin care începe manifestarea fizică. Este considerată eternă, fără început şi fără sfârşit. Ritualul sacru creştin legat de Chakra Şapte este ultima mirungere sau *sacramentum excuntium* (mirungere înainte de moarte, în ritualul catolic, însoţită de rugăciuni de iertare a păcatelor săvârşite, *N.T.*) sau ultimele ritualuri înainte de moarte. Simbolic, această ungere cu ulei reprezintă procesul de recuperare a spiritului din diferitele „cotloane” ale vieţii, în care încă există „chestiuni neterminate”, sau, procesul de înlăturare a regretelor care continuă încă să se agaţe de conştiinţă precum: cuvinte care trebuiau rostite şi nu au fost, ori cuvinte care nu trebuiau spuse. Chestiunile neterminate se referă şi la relaţiile pe care ne-am fi dorit să le încheiem altfel sau la căile pe care ne-am fi dorit să le urmăm, dar nu am făcut-o. La încheierea vieţii, noi conducem în mod conştient aceste amintiri către un punct

final, acceptăm alegerile pe care le-am făcut la momentul respectiv şi ne eliberăm de sentimentul că lucrurile ar fi putut sau că noi am fi vrut ca ele să fie altfel. Aceasta este semnificaţia expresiei [a „rechema propriul spirit înapoi” în vederea părăsirii acestei lumi şi reîntoarcerea deplină în lumea spirituală.

Prin ultimele afirmaţii ale lui Iisus, atunci când era răstignit, s-a iniţiat probabil acest ritual. El a spus mamei Sale şi ucenicului Său Ioan: „Femeie, iată fiul tău! apoi a zis ucenicului: Iată mama ta!” şi pe urmă, întorcându-şi atenţia către Dumnezeu, a zis: „Iartă-i, Doamne, că nu ştiu ce fac”. Şi apoi: „Săvârşitu – s-a”. „Părinte în mâinile Tale încredinţez duhul meu”. Aceste afirmaţii exprimă încheierea conştientă a vieţii şi pregătirea pentru a reveni la o identitate spirituală eternă.

Dintr-o perspectivă spirituală diferită, *sacramentum excuntium* reprezintă un ritual care ar trebui să facă parte în mod curent din viaţa noastră. De multe ori, în timpul vieţii, ne aflăm la răscruci în care trebuie să lăsăm să moară o etapă anterioară a vieţii noastre. Cu cât ţinem mai puţin la lumea fizică, cu atât ne aflăm în poziţia de a accesa în mod conştient energia lui Kether sau Chakra Coroanei, legătura noastră transcendentă cu Divinul.

Adevărul sacru: Energia celei de-a şaptea chakre ne motivează să căutăm o legătură intimă cu Divinul în tot ceea ce facem. Această dorinţă spirituală de conectare este mult diferită de dorinţa de stabilire a unei legături cu o religie. În

primul rând, religia este o experienţă de grup şi are ca scop principal protecţia grupului, în principal faţă de ameninţările fizice: boală, sărăcie, moarte, crize sociale şi chiar război. Rădăcinile energetice ale religiilor sunt în Chakra Unu. Spiritualitatea, pe de altă parte, este o experienţă individuală orientată către eliberarea fficilor din lumea fizică şi stabilirea unei relaţii cu Divinul. Adevărul sacru al acestei chakre este: *trăieşte în momentul prezent*.

Căutarea unei conexiuni spirituale personale ne zguduie până în străfunduri. Rugăciunea noastră conştientă sau inconştientă de a cunoaşte direct Divinul poate suna cam aşa: „Eu nu mai vreau să fiu protejat de grup şi nici nu mai doresc să existe un mediator care să filtreze ghidarea care îmi este adresată… Doresc acum ca Tu să vii direct în viaţa mea şi să înlături din viaţa mea orice obstacol – fie el o persoană, un loc sau o ocupaţie – orice se interferează cu capacitatea mea de a stabili o uniune strânsă cu Tine”. Aşa cum a scris Meister Eckhart în „Sufletul este una cu Dumnezeu” (The Soul is One with God), ultimul scop al misticului este identitatea: „Dumnezeu este iubire şi cel care iubeşte este în Dumnezeu şi Dumnezeu este în el”.

Atunci când căutăm unirea cu Divinul, noi cerem înlăturarea tuturor „iluziilor” fizice, psihologice şi emoţionale din viaţa noastră. Odată ce începe acest proces de înlăturare, trezim o voce interioară plină de autoritate care intră imediat în competiţie cu orice fel de autoritate exterioară din viaţa noastră, ceea ce ne va arunca într-un tumult

interior sau poate chiar să ne ducă la un fel de „schizofrenie spirituală”.

M-a căutat odată un asistent social, deoarece sesizase prezenţa unor îngeri în jurul său. La un moment dat fusese copleşit de sentimentul că nu făcea de fapt nimic pentru a ajuta persoanele sărace şi disperate care-i umpleau orele de lucru, „într-o zi, am venit acasă şi m-am aşezat în genunchi şi i-am spus lui Dumnezeu: «Eşti tu oare alături de toţi aceşti oameni? Poţi să le auzi rugăciunile? Au nevoie de ajutor, iar eu mă simt atât de neputincios.» A doua zi, pe când stăteam de vorbă cu o astfel de persoană, încercând s-o ajut să facă faţă problemelor cu care se confrunta, am văzut lângă ea un înger. Acest înger zâmbea. Eram uimit. Am continuat să-i vorbesc ca şi când nimic nu s-ar fi întâmplat, dar nu puteam să-mi reţin un sentiment ridicol de extaz care mă cuprindea treptat. Îi tot repetam: «Crede-mă, ştiu că vei fi bine». Şi apoi, ea a spus: «Ştii, te cred, te cred cu adevărat», apoi a plecat zâmbind. Acum am început să văd îngeri pretutindeni. Aş dori să le comunic tuturor că suntem înconjuraţi de rai. Înainte de această experienţă, eram atât de disperat. Aveam credinţă, dar era şi disperare. Ştiu că sună destul de contradictoriu, dar nu este. Pur şi simplu, mi-am dorit să fac mai mult, din toată inima mea”.

Trezirea spirituală

S-au scris multe despre natura călătoriei spirituale, dar una din primele lucrări este şi cea mai bine cunoscută: „Noaptea întunecată a sufletului” scrisă în secolul al XVI-lea de Sfântul

Ioan al Crucii. În această lucrare clasică autorul a elaborat etapele separării din mintea colectivă tribală sau de grup (terminologia mea) care sunt necesare pentru a forma o legătură pe deplin conştientă cu Divinul. La fiecare etapă apar experienţe mistice transcendentale, ca şi sentimente de deprimare, nebunie şi izolare extraordinare, care sunt, în general, necunoscute experienţei umane comune.

În cadrul tradiţiei catolice, lucrarea Sfântului Ioan al Crucii a permis într-o oarecare măsură anumitor persoane separarea de experienţele religioase de grup şi căutarea dezvoltării spirituale personale. Viaţa monastică a devenit un mod de a transcende nivelul religios comun de a-L înţelege pe Dumnezeu, pentru a întâlni direct Divinul. În secolele care au urmat, pe măsură ce europenii au întâlnit alte culturi, a devenit evident că rugăciunea intensă, auto-explorarea şi autodisciplina duc la experienţe mistice în toate culturile.

La fel ca şi conducătorii religioşi oficiali, mănăstirile şi ashramurile îngrădesc puterea Divinului între ziduri bine păzite. Persoanele care au povestit că au viziuni, că aud voci, că trăiesc comunicări telepatice neobişnuite şi intense şi vindecări prin rugăciune şi atingere, au practicat simultan postul, până la inaniţie şi au meditat timp de săptămâni, au avut stări depresive care ar fi dus muritorii de rând în pragul sinuciderii. Observatorii, chiar şi din interiorul mănăstirilor, nu numai că au păstrat o oarecare distanţă faţă de unii dintre aceşti mistici, dar nici măcar nu au

lăsat „ochiul lui Dumnezeu” să clipească în direcţia lor. Este bine cunoscut faptul că există puţini oameni care să îndure „contactul direct” cu cerurile.

În anul 1960, Al doilea Conciliu al Vaticanului a reprezentat un punct de cotitură în lumea religioasă din Vest. Această adunare a ierarhiei Romano-Catolice a înlăturat tradiţii vechi de mai multe secole şi a iniţiat o nouă libertate spirituală pentru toţi, indiferent de formaţia religioasă.

Cuvântul catolic în sine înseamnă universalitate a gândirii, un simbol deosebit de puternic, dacă ne gândim că religia romano-catolică a reprezentat biserica originală creştină. Acum, prin Conciliul al doilea al Vaticanului, această structură de putere originară a transmis un mesaj de liberalism spiritual universal.

Oamenii din întreaga lume au început să conteste limitele propriilor lor tradiţii religioase şi să exploreze tradiţiile spirituale ale altora. Femeile au început să caute hirotonisirea, creştinii au început să se îngrămădească către mănăstirile buddhiste Zen şi ashramurile hinduse. Buddhiştii şi hinduşii au căutat învăţăturile creştine; liderii religioşi din tradiţiile estice şi vestice au avut întâlniri oficiale. Barierele dintre est şi vest au fost dărâmate nu numai de laici rebeli, dar şi de persoane instruite, ca, de exemplu, monahul trapist Thomas Merton care, în lucrarea sa „Jurnalul asiatic al lui Thomas Merton”, a prezentat nevoia de a explora adevărurile mutuale ale buddhismului şi ale creştinismului.

Pentru persoanele orientate către

spiritualitate, această nouă libertate spirituală a marcat un punct de cotitură în „capacitatea de a-l cunoaşte pe Dumnezeu”, cu implicaţii revoluţionare neegalate de la rebeliunea lui Martin Luther încoace. Pe măsură ce „aceia care nu erau hirotonisiţi” au învăţăt deprinderile necesare interpretării sensurilor mai profunde ale scripturilor, educarea laicilor a slăbit rolul celor hirotonisiţi sau al conducătorilor religioşi consacraţi. Simbolic, zidurile mănăstirilor – care îngrădesc de mult timp forma cea mai intensă a „Luminii divine” – s-au prăbuşit. Într-adevăr, în anii 1950, chinezii au invadat Tibetul, forţându-l pe Dalai Lama să fugă din casa lui monastică. În timp ce exilul conducătorului spiritual al ţării a fost unul dintre cele mai dureroase capitole din istoria Tibetului, învăţăturile lui Dalai

Lama şi ale multor altor învăţători plini de har, au pătruns şi au influenţat comunităţile spirituale ale lumii. Lumina Divină a fost eliberată şi a pătruns în vieţile nenumăraţilor mistici fără mănăstire – laici care îmbrăţişează învăţături spirituale extraordinare în cadrul privat al vieţii personale.

Această trecere de la religie la spiritualitate nu este pur şi simplu o tendinţă culturală. Ea reprezintă o reorganizare arhetipală a comunităţii noastre planetare, care are acum acces la adevărurile universale disponibile prin viziunea simbolică. Viziunea simbolică include cel de-al şaselea simţ, al intuiţiei, care sesizează conexiunile spirituale existente între toate sistemele energetice vii.

Într-unul din seminariile pe care le-am ţinut, o femeie a povestit despre legătura sa cu natura. „În fiecare zi, în timp ce mă pregătesc să lucrez în grădina mea, eu rostesc o rugăciune de invocare a spiritelor păzitoare ale naturii pentru a mă ajuta, şi simt imediat cum aceste fiinţe energetice pline de viaţă sunt lângă mine. Dacă mi-ar fi spus cineva acum câţiva ani că voi putea rosti astfel de lucruri, i-aş fi spus că este nebun. Dar acum şase ani, după ce am fost martora unui dezastru ecologic, am fost copleşită de o supărare care era mai mare decât orice mi se întâmplase până atunci în viaţă. Nu puteam să mă eliberez de ea. Apoi, într-o după amiază, pe când mă plimbam prin pădure, am auzit o voce care părea să vină de undeva de la înălţimea genunchilor. Ea spunea: «ajută-ne». Am început să plâng pentru că am înţeles în sufletul meu că îmi vorbea însuşi regatul naturii. În acea seară am luat legătura cu şeful meu şi mi-am dat demisia din postul de manager general de la magazinul unde lucram. Nu m-am gândit nicio clipă la felul în care mă voi întreţine. Trebuia, pur şi simplu, să urmez acea voce. Apoi am rostit o rugăciune în care am cerut să mi se arate modul în care pot ajuta natura. În două săptămâni, o persoană pe care o cunoşteam foarte puţin pe atunci, a venit să mă întrebe dacă nu vreau să încep o afacere în care să cultiv şi să vând plante aromatice. În ceea ce mă priveşte, acesta a fost începutul vieţii mele”.

Acest simţ intuitiv al conexiunii ne mobilizează acum la nivelul întregii planete către o înţelegere holistă cu privire la sănătate şi boală,

la mediu şi la biodiversitatea sa, la priorităţile sociale – serviciul în favoarea celorlalţi şi caritatea. Această mişcare către lucrarea efectuată ca „de o singură lume” reprezintă o consecinţă a eliberării în lume a Luminii Divine. Pare că omenirea răspunde la „ordinul” de a se maturiza spiritual, de a ajunge la nivelul unei înţelegeri şi al unui serviciu de tip holist; pare că s-au deschis nenumărate căi pentru realizarea acestui tip de serviciu şi de aducere la îndeplinire a acestui ordin.

Unul din misticii care lucrează la un nivel politic global cu scopul de a duce oamenii şi ţările laolaltă şi de a face lumea un loc mai bun este Jim Garrisson, în vârstă de 44 de ani, preşedinte al Fundaţiei Gorbaciov, preşedinte al International Foreign Policy Association şi preşedinte şi membru în Consiliul director al Corporaţiei Diomedes. Jim este de asemenea şi un teolog cu doctorat în teologie la Universitatea Cambridge. Printre realizările sale se numără şi faptul că l-a inspirat pe M. Gorbaciov să iniţieze Fundaţia Gorbaciov, a contribuit la crearea unui pod spaţial între astronauţii americani şi cosmonauţii din fosta Uniune Sovietică şi a participat la organizarea primului Forum Global, o adunare în care numeroşi conducători ai lumii precum George Bush, Margaret Thatcher şi Mihail Gorbaciov – s-au întâlnit cu voci puternice ale domeniului spiritual ca: Deepak Chopra şi Thich Nhat Hanh, pentru a discuta o nouă viziune privind societatea noastră globală. Jim este animat de viziunea şi puterea spiritului uman.

Născut în China, copilul unor părinţi misionari, el a descris în acest fel prima sa experienţă spirituală: „La 5 ani am intrat într-un templu buddhist dintr-un mic oraş din Taiwan, unde am văzut pentru prima oară un călugăr aflat în meditaţie. Pe când mă uitam la el, am văzut o muscă ce zbura pe faţa sa şi aceasta m-a captivat deoarece călugărului nu i se clintea niciun mushi. Musca a zburat de pe faţa sa, dar apoi s-a întors, însă călugărul nu s-a mişcat nicio clipă. Am realizat că acest om se află în alt loc. Am rămas în templu şi am continuat să mă uit la el, iar tot ceea ce puteam gândi era: unde se află el?

În duminica următoare, pe când tatăl meu ţinea predica din timpul slujbei, am realizat că nu cred în ceea ce predica tatăl meu. Am ştiut dintr-odată că Orientul reprezenta un tezaur de adevăr descoperit întâmplător, iar Estul avea o cultură care trebuia onorată şi nu convertită. Apoi, am fost trimis la un internat protestant, iar la 7 ani am fost bătut zdravăn deoarece nu puteam fi de acord cu ceea ce predicau misionarii cu privire la Dumnezeu. În timpul acelei experienţe îmi revenea permanent în memorie imaginea călugărului şi-mi aduceam aminte de un loc aflat dincolo de spaţiu şi de timp în care ne putem duce. Această imagine m-a ajutat să supravieţuiesc internatului.

Pe când aveam 9 ani am început să discut aducând şi argumente despre probleme teologice. Mi-amintesc că am apărat o fată catolică pe nume Jackie, care era şi ea elevă la această şcoală. Ceilalţi elevi îi spuneau că va merge în iad

deoarece era catolică, iar eu am afirmat că nicio persoană care crede în Dumnezeu nu merge în iad. I-am spus că nu are nicio importanţă faptul că este catolică. Din acest motiv am fost închis timp de două săptămâni într-o carceră izolată. La puţin timp după aceea, una din mamele-pedagog a adunat toţi ceilalţi copii într-o cameră pentru a le da dulciuri. Din cealaltă cameră am auzit-o cum le spunea copiilor că ar putea primi mai multe dulciuri dacă acceptă să nu se mai joace cu mine până când nu-l voi accepta pe Christos. Din nou mi-a venit în minte imaginea călugărului şi rememoram faptul că există un loc dincolo de aceste circumstanţe în care poţi supravieţui lumii exterioare.

Odată ce am început să mă duc în acel loc, am început să învăţ virtuţile: şi anume că, atunci când eşti confruntat cu îngustimea minţii, treaba ta este să faci parte din Lumină – pentru a-i proteja pe ceilalţi – şi să te împotriveşti celor cu idei negative. Din această înţelegere clară a provenit apoi noţiunea de justiţie socială care este acum viaţa mea. Eu cred că noi suntem nişte vase prin care lucrează spiritul pentru îndeplinirea diferitelor sarcini legate de continuarea dezvoltării umane. Acesta este singurul lucru pe care l-am făcut în viaţa mea. Eu cred că viaţa mea spirituală şi munca mea au început deoarece am refuzat să renunţ la autenticitatea experienţei mele cu acel călugăr. Cumva, în ziua în care l-am văzut, am mers cu el în acel loc interior. De atunci nu am revenit niciodată la starea de conştiinţă obişnuită. Eu cred că uneori avem nevoie să stăm

să meditǎm, uneori trebuie să ne rugăm şi uneori trebuie să facem faţă provocărilor de pe stradă, ca să mă exprim astfel. Alteori trebuie să adorăm creaţia şi multiplicitatea divinităţii. Aceasta este sarcina spiritului uman”.

Jim trăieşte ca un mistic contemporan. Atunci când a adunat laolaltă conducătorii lumii, la First Global Forum, „pentru a evalua cu luare aminte noua etapă a dezvoltării umane”, el a reprezentat un model al potenţialului deplin al spiritului uman şi al capacităţii unei persoane înarmate cu credinţă de a institui un mod diferit de tratare a problemelor acestei planete.

Criza spirituală şi nevoia de devoţiune

„Simptomele” unei crize spirituale sunt aproape identice cu cele ale unei crize psihologice. De fapt, deoarece criza spirituală implică în mod natural psihicul, persoana poate să nu fie conştientă că natura crizei sale este spirituală şi e posibil să-şi descrie dilemele în termeni psihologici. Simptomele crizei spirituale sunt însă distincte şi sunt de trei tipuri:

— Criza începe cu conştientizarea lipsei de sens şi de scop, care nu poate fi înlăturată prin simpla amestecare a elementelor exterioare ale vieţii proprii. Persoanele respective simt o aspiraţie profundă, care nu poate fi satisfăcută de perspectiva unei măriri de salariu sau de o promovare, de un mariaj sau de o nouă relaţie. Soluţiile obişnuite nu o atrag. Desigur, unele persoane nu au găsit niciodată un sens sau un scop al vieţii, dar ele aşteaptă în mod greşit ca viaţa să le livreze „sensul” la uşă. Persoanele care

se plâng în mod cronic şi cele lipsite de ambiţie, nu suferă de nicio criză spirituală. Cele care se află însă într-o criză spirituală, au sentimentul că ceva încearcă să se trezească în interiorul lor. Nu ştiu, pur şi simplu, să vadă.

— Apariţia unor frici noi, stranii, reprezintă cel de-al doilea simptom al unei crize spirituale. Aceste temeri nu sunt cele obişnuite, ca aceea de a fi abandonat sau de a îmbătrâni; aceste persoane au senzaţia că pierd legătura cu sentimentul de sine sau cu propria identitate. „Nu mai sunt sigur de cine sunt şi de ceea ce vreau în viaţă” reprezintă o relatare standard a unei persoane saturate cu energia celei de-a şaptea chakre.

— Cel de-al treilea simptom este nevoia de devoţiune faţă de cineva mai mare decât ei înşişi. Nenumăratele texte psihologice care există astăzi descriu rar această nevoie fundamentală de devoţiune, deşi noi toţi avem nevoie energetic şi biologic de a ne afla în legătură directă cu o putere care să transcendă limitele şi agitaţia oamenilor. Avem nevoie să fim în legătură cu o sursă de miracole şi de speranţă. Devoţiunea dedică o parte din mintea noastră conştientă sinelui etern, care la rândul său ne conectează la o prezenţă Divină. Chiar şi întâlnirile scurte şi trecătoare cu această prezenţă şi cu puterea sa infinită, ajută mintea noastră conştientă să se elibereze de frica de viaţă, iar puterea umană încetează să ne mai comande atenţia.

Nevoia de a ne devota unei puteri mai mari poate fi regăsită în numeroase surogate

neadecvate ca: devoţiunea faţă de o corporaţie, faţă de un partid politic, o echipă sportivă, un program personal de exerciţii, chiar şi faţă de o bandă de stradă. Toate aceste surogate legate de pământ îl vor dezamăgi, la un moment dat, pe cel devotat. Indiferent cât de multe exerciţii faci, tot vei îmbătrâni. Poţi rămâne sănătos în cadrul acestui proces, totuşi, vei ajunge bătrân. Iar o mare parte din supărarea pe care o resimt oamenii atunci când sunt înlăturaţi din companiile pe care le-au servit cu credinţă de-a lungul anilor, se datorează faptului că loialitatea arătată conţinea, de fapt, o devoţiune inconştientă.

Noi ne aşteptăm ca devoţiunea noastră faţă de lucrurile pământeşti şi faţă de oameni, să ne aducă în schimb o putere care are calitatea de a preveni şi rezolva toate calamităţile, dar nicio persoană şi nicio organizaţie nu dispune de o astfel de putere. Niciun guru, niciun preot sau pastor nu poate gestiona energia persoanelor devotate pentru mult timp, fără apariţia vreunei forme de conflict. Noi nu suntem făcuţi să ne devotăm unei alte fiinţe umane; devoţiunea are menirea de a fi orientată în sus şi de a ne ridica odată cu ea. Absenţa unui sens, pierderea identităţii şi nevoia de devoţiune sunt cele mai importante trei simptome care ne indică faptul că o persoană a intrat într-o „noapte întunecată”. Bineînţeles că aceste simptome sunt similare cu dilemele psihologice comune pe care le trăiesc oamenii. Dur, atunci când rădăcinile lor sunt spirituale, persoanei îi lipseşte motivaţia de a arunca vina pe ceilalţi oameni pentru criza prin

care trece. El sau ea realizează, mai degrabă, că motivul crizei se află în interior. Imperfecţiunea elementelor externe ale vieţii unei persoane reprezintă o consecinţă a unei crize spirituale şi nu o cauză.

Un ghid spiritual calificat şi experimentat poate ajuta o persoană să treacă prin „noaptea întunecată” şi prin multe din provocările întâmpinate pe parcursul acesteia care implică o confruntare cu probleme psihologice intense. Demersul psihologic standard va căuta cauza în tiparele negative existente în relaţiile persoanei, pornind dinspre copilărie. În timp ce identificarea acestor pattern-uri negative este în mod cert utilă în demersul spiritual, un ghid spiritual va investiga cu prioritate conţinutul dialogului interior legat de probleme spirituale, ca de exemplu:

Ce întrebări ai pus care au ca scop cunoaşterea rostului vieţii tale?

Care sunt temerile tale legate de felul în care-l înţelegi pe Dumnezeu?

Ai considerat viaţa ta ca lipsită de sens atunci când ai evaluat-o în cadrul unui context spiritual?

Care sunt fanteziile tale spirituale? Crezi, de exemplu, că a căuta o cale spirituală te face superior altor persoane, sau îl face pe Dumnezeu mai conştient de existenţa ta în raport cu ceilalţi, care nu sunt atât de implicaţi într-o cale spirituală ca tine?

Te-ai întrebat vreodată, în intimitatea rugăciunilor sau a gândurilor tale, cum să

dobândeşti înţelegerea motivelor pentru care ţi se pare dificil să ai credinţă în Dumnezeu?

Crezi că ai eşuat în vreun fel oarecare în alegerile pe care le-ai făcut pentru tine?

Ai devenit vreodată conştient de faptul că ţi-ai încălcat propriile tale reguli spirituale?

Ţi-ai dorit vreodată să fii vindecat?

Ţi-ai dorit vreodată să-l cunoşti mai profund pe Dumnezeu decât o faci acum?

Acestea nu sunt întrebări psihologice obişnuite. Poţi deveni mai deschis pentru a percepe răspunsurile dacă-ţi reorganizezi viaţa astfel încât să înlături blocajele mentale şi emoţionale. Această reorganizare duce mai întâi la o stare mai proastă, deoarece se trece prin „noaptea întunecată a sufletului", prin care omul devine conştient de conţinutul minţii şi al inimii sale, îşi confruntă temerile şi convingerile, urmăreşte în mod conştient partea sa de umbră şi contestă falşii dumnezei care nu vor da drumul psihicului uman fără luptă.

Boala este frecvent catalizatorul transformărilor spirituale şi al „nopţii întunecate". Per, acum în vârstă de 49 de ani, proiectează nave oceanice – o carieră care i-a adus până acum mari succese financiare. Timp de mulţi ani, Per a călătorit prin toată lumea, a avut de-a face cu oameni de afaceri puternici, şi a avut o viaţă socială sclipitoare. Apoi, la 43 de ani, a fost depistat HIV pozitiv. La un an de la acest diagnostic, mama sa, de care era foarte apropiat, a trecut în lumea de dincolo. Asocierea acestor două evenimente traumatizante l-au dus pe Per la

depresie şi disperare.

Înainte de aceste evenimente tragice, Per nu a avut niciun fel de viaţă spirituală de care să poată vorbi. În termenii lui, această dimensiune nu servea nici unui scop în viaţa lui, înііft, după ce i-a murit mama, el a cerut ajutorul poNtorului «Au, numai că nu a fost alinat de tradiţiile religioaso alo lltmillel mie.

Concomitent, Per a continuat să lucreze şi nu a povestit nimănui de situaţia sa fizică şi spirituală. A devenit din ce în ce mai retras şi mai speriat de faptul că oamenii ar putea să afle de boala sa. Combinaţia între teamă şi singurătate l-au făcut pe Per aproape să se prăbuşească. Atunci el a redus din angajamentele sale de la lucru şi a decis că trebuie să se îndepărteze de oraş pentru o vreme. Astfel că s-a întors la casa de la ţară a mamei sale care era situată undeva la munte, într-o poziţie izolată. Pentru a avea o ocupaţie, Per a renovat casa. În timpul serii, singurul lucru pe care putea să-l facă era să citească, astfel încât, într-o dimineaţă s-a dus în cel mai apropiat oraş pentru a găsi o librărie. Aşa s-a desfăşurat iniţierea sa în sănătatea alternativă şi în literatura spirituală.

Per s-a întors încărcat cu materiale de citit şi timp de luni de zile nu a făcut altceva decât să se educe cu privire la tipurile de medicină alternativă, incluzând beneficiile curative ale meditaţiei şi ale vizualizării. Cuprins de inspiraţie, Per a început să mediteze. Concomitent şi-a schimbat obiceiurile alimentare cu o dietă strictă de vindecare. Prin această izolare, prin meditaţie

şi dedicare la macrobiotică, el a adoptat un stil de viaţă similar cu cel al unui călugăr.

Pe măsură ce au trecut lunile, Per a simţit că-i revin optimismul şi speranţa. Practica sa spirituală era aceea de a-şi menţine spiritul „în momentul prezent” şi a făcut tot ce a putut în mod conştient pentru a se elibera de problemele sale nerezolvate. În timpul meditaţiilor a început să aibă stări transcendente de conştiinţă. La început habar nu avea de ceea ce i se întâmpla, cu excepţia faptului că senzaţiile pe care le avea erau minunate. Apoi a început să citească anumite cărţi despre misticism şi a descoperit descrieri ale unor experienţe mistice care erau similare cu stările sale transcendente. În timpul unei meditaţii, în care Per spune că a „vizitat cerurile”, el a simţit cum spiritul se detaşează de corp şi cum intră într-o dimensiune în care a simţit „un extaz dincolo de conştiinţa umană”. În această stare întreaga frică a lui Per s-a dezintegrat şi „s-a simţit viu pentru eternitate”.

După aceea, Per s-a întors la muncă. Cu fiecare zi care a trecut, el s-a simţit din ce în ce mai puternic din punct de vedere fizic. A revenit la medic pentru efectuarea unor analize, şi, deşi mai avea încă în sânge virusul care duce la SIDA, sistemul său imunitar revenise la un maximum de sănătate. Per se descrie în prezent ca fiind mai plin de viaţă, acum că a întâlnit moartea, decât a fost vreodată. Întreaga sa viaţă este centrată pe practica spirituală şi chiar şi creativitatea sa a atins un nou nivel.

„Nu ştiu cât timp voi trăi”, mi-a spus el, „dar

adevărul este că şi dacă nu aş avea acest virus, tot nu aş şti. Cred că, în mod ironic, acest virus m-a făcut să fiu sănătos spiritual. Eu trăiesc acum fiecare zi fiind mai plin de viaţă decât oricând înainte şi simt acum o legătură cu un loc care este mai real pentru mine decât acest pământ şi această viaţă. Dacă singura cale de a ajunge la acest loc era prin infectarea cu virusul HIV, cred că aş fi fost de acord, deoarece acest loc interior este cu mult mai real pentru mine decât orice altceva am trăit până acum".

Călătoria spirituală a lui Per reprezintă nu numai manifestarea „nopţii sufletului", dar ea radiază şi de puterea spiritului de a deveni mai puternic decât trupul. Aceasta este povestea unui om care a găsit calea spirituală pentru ceva ce i-a lipsit mult timp, devoţiunea faţă de ceva mult mai mare decât el însuşi.

Îndurând „noaptea

Pentru a suporta „noaptea întunecată" sunt necesare: credinţa, rugăciunea şi, dacă este posibil, un îndrumător spiritual. Dacă găsirea unui astfel de îndrumător este imposibila, vă puteţi întoarce pentru ajutor la literatura spirituală (vezi bibliografia). Găsirea unei persoane care să înţeleagă natura călătoriei este echivalentă cu găsirea unui mod de a traversa viaţa pe un pod. Ţineţi un jurnal, înregistraţi gândurile şi rugăciunile voastre şi, mai presus de toate, ţineţi-vă bine de adevărul că orice noapte întunecată se încheie cu o lumină care va ilumina o nouă cale.

Trebuie să fiţi devotaţi unei forme de rugăciune care să vi se pară compatibilă cu voi;

devoţiune – nu obsesie, iar devoţiunea poate fi o forţă deosebită de vindecare şi de alinare. Rugaţi-vă la anumite ore în fiecare zi: când vă treziţi sau poate la mijlocul zilei şi înainte de a vă culca. Calitatea rugăciunii nu se măsoară în unităţi de timp, ci în intenţie. Chiar şi cinci minute în fiecare dimineaţă şi în fiecare seară sunt suficiente. Dacă anumite rugăciuni vă aduc un anumit fel de pace, atunci includeţi aceste rugăciuni în practica voastră devoţională zilnică.

Ron, 57 de ani, este un fost preot catolic care a dobândit o reputaţie naţională datorată capacităţii sale de a vindeca oamenii. El şi-a descoperit această capacitate pe când era un preot tânăr. El descrie astfel prima sa eperienţă ca vindecător: „În primăvara lui 1976 am fost rugat să susţin o prelegere unui grup de oameni cu convingeri religioase diferite cu privire la puterea lui Dumnezeu. Eram implicat pe atunci în crearea unor punţi între diferitele tradiţii religioase. La finalul prelegerii mele, un bărbat m-a întrebat dacă nu vreau să mă rog pentru persoanele bolnave aflate în public. Am presupus că mi-a cerut să mă rog în intimitatea casei mele, astfel încât l-am asigurat că o voi face. Imediat ce i-am răspuns, el a urcat pe podium şi a anunţat că «Ron va fi încântat să se roage pentru toţi cei bolnavi aflaţi în auditoriu».

Când a făcut acel anunţ, aproape că era să fac un stop cardiac. Credeam teologic în puterea lui Dumnezeu, dar «puterea de vindecare a lui Dumnezeu» era o altă problemă. Circa 200 de persoane dintre cele aproape 400 prezente în

public s-au îndreptat către mine pentru acest moment de rugăciune. Neştiind ce să fac, am cerut îndrumare şi am fost ghidat intuitiv să-mi pun mâinile pe aceşti oameni şi să las puterea lui Dumnezeu să facă orice era necesar să facă.

Îmi aduc aminte foarte limpede prima persoană care s-a aşezat în faţa mea. Am pus o mână pe creştetul ei şi, din obişnuinţă, am făcut semnul crucii pe trupul acesteia cu cealaltă mână. În afară de frică nu am simţit nimic şi m-am mişcat uşurel prin mulţime, astfel încât să pot ieşi rapid. După aproape 4 luni, aceeaşi femeie a apărut la uşa bisericii mele pentru a-mi împărtăşi ce i se mai întâmplase în tot acest timp. Simţise atunci că a trecut un fulger prin ea, însoţit de o voce interioară care-i spunea să se întoarcă la medicul ei şi să-şi facă încă un set de analize. A făcut toate aceste teste numai pentru a afla că era complet vindecată de cancer. Eram cuprins de veneraţie.

Din acel moment viaţa mea a luat o întorsătură pe care nu o plănuisem conştient. Vindecarea spirituală a devenit domeniul meu prioritar. Oamenii au început să vină la mine pentru a primi ajutor şi, deşi nu ştiam cum aş putea să le dau acest ajutor, o frază din rugăciunea Sfântului Francisc îmi tot răsuna în minte: «Fă-mă Doamne un instrument de comunicare a păcii Tale». Această rugăciune îmi sugera că trebuie să mă predau unei forţe mult mai mari decât mine însumi şi în care să am încredere că poate face această lucrare; trebuia doar să ofer acelei *forţe spirituale* un vehicul prin

care să lucreze”.

„Noaptea întunecată” a lui Ron a început în 1987, când a început să realizeze că vrea să renunţe la preoţie. O serie de întâmplări l-au făcut să creadă că n-ar putea supravieţui în atmosfera politică a bisericii sau să adere la învăţăturile acesteia, pe care le simţea că sunt incompatibile cu învăţăturile lui Iisus.

„Eram realmente cuprins de disperare, depresie şi de un sentiment de inadecvare” povestea Ron. „Însă acestea nu erau suficiente ca să mă determine să plec, de fiică de ce ar spune ceilalţi, în special familia mea. Eu trăiam cu frica din mintea tribală, dar de fapt, s-a dovedit că atunci când am plecat, am fost sprijinit de familia mea.

Apoi, o serie de evenimente m-au făcut să mă confrunt cu mine însumi, cu singurătatea mea, într-o situaţie dificilă care a făcut să culmineze totul. Credeam, într-adevăr, că mă dedic dezvoltării conştiinţei spirituale, dar a apărut un conflict între un anumit episcop şi mine. În acel moment a venit invitaţia de a mă prezenta la talk-show-ul lui Joan Rivers. Trăiam pe atunci o criză de identitate. Fusesem preot peste 25 de ani, iar Joan Rivers m-a prezentat ca pe un tămăduitor spiritual care vindecă prin rugăciune. M-am simţit ca şi când m-ar fi lovit cineva cu un ciocan în cap şi mi-ar fi spus «Aceasta este identitatea ta acum». Acesta a fost momentul în care lumina a revenit în viaţa mea.

În timp ce zburam înapoi la New York, după ce participasem la emisiunea televizată, am decis

că trebuie să părăsesc preoţia. La puţin timp după aceea, am întâlnit un învăţător spiritual profund care mi-a spus că voi putea să transcend religia şi să devin astfel mai credibil decât ca preot – un comentariu care m-a şocat. Deşi am părăsit preoţia ca instituţie, eu mă simt încă preot în sensul cel mai adânc al hirotonisirii.

După ce am ieşit din acest mormânt, am purces la drum ca vindecător spiritual. Am renunţat la orice fel de ataşament de care am fost conştient. Am păstrat adevărurile mistice pe care le-am învăţat ca preot, dar am renunţat la adevărurile religioase. Mi s-au ivit apoi imediat noi ocazii favorabile, ca de exemplu cele din cadrul comunităţii medicale.”

Ron este acum o autoritate în domeniul tămăduirii, nu numai pentru oamenii care caută ajutorul său pentru a fi vindecaţi, dar şi pentru cei care sunt motivaţi să devină şi ei vindecători. Cunoştinţele sale cu privire la vindecare cu ajutorul rugăciunii sunt valoroase pentru fiecare.

„În primul rând permiteţi-mi să definesc ce înseamnă să fii un vindecător calificat. Un vindecător *hirotonisit* este un vindecător deschis energiei lui Dumnezeu prin rugăciune şi utilizează această energie pentru a vindeca atât persoane, cât şi întreaga planetă. Multe persoane se pot considera vindecători şi, deşi sunt bine intenţionate, nu sunt ceea ce se numeşte vindecători *hirotonisiţi*. Însemnul vindecătorului hirotonisit este faptul că a trecut prin „noaptea întunecată” şi a îndurat senzaţia de a fi abandonat de Dumnezeu. Semnificaţia abandonării, o realizez

de-abia acum, este reprezentată de o întrebare pe care ţi-o pune Dumnezeu: «Eşti capabil să crezi în Mine chiar şi în noaptea cea mai întunecată?».

Propriul tău spirit se frânge în timpul acestei abandonări şi realizezi că singurul drum prin acest iad este să te întorci la Dumnezeu şi să accepţi termenii Divinului, indiferent de ceea ce ţi se cere din împărăţia cerurilor de acum înainte. Amintirea acestei nopţi întunecate îţi va rămâne în conştiinţă ca un punct de referinţă, te va ţine aliniat cu Dumnezeu, smerit şi conştient pentru totdeauna că învierea poate veni oricând, oricât de întunecată ar fi noaptea.

Care sunt oamenii care îmi caută ajutorul? Oamenii cu boli terminale vin la mine să caute alinare – şi, întâmplător, majoritatea dintre ei se simt abandonaţi de Dumnezeu, pedepsiţi de Dumnezeu. Atitudinea lor sugerează că «dacă aceasta este ceea ce vrea Dumnezeu, atunci accept», dar cu siguranţă nu aceasta le este şi intenţia. Acest conflict este evident, dar dincolo de bolile lor fizice, ei se tem să afle de ce este atât de îndurerat spiritul lor. Unii dintre ei găsesc curajul să-i spună Domnului, în timp ce mă rog deasupra lor: «Doresc să primesc harul Tău şi să-l folosesc aşa cum a făcut-o Iisus, pentru a-mi vindeca fricile şi a-i ierta pe cei pe care trebuie să-i iert». Bănuiesc că ei primesc harul care distruge boala fizică.

Ce înseamnă de fapt vindecarea cu ajutorul rugăciunii? Ea înseamnă invocarea puterii lui Dumnezeu pentru a ne dărui binecuvântarea şi graţia, astfel încât să ne simţim mai puternici

decât boala.

Se pot vindeca oare toate bolile? Da, bineînţeles, dar aceasta nu înseamnă că fiecare boală va fi vindecată. Uneori o anumită persoană trebuie să îndure o boală care o ajută să se confrunte cu propriile sale frici şi cu negativitatea, iar alteori este timpul ca acea persoană să fie lăsată să moară. Nu moartea este duşmanul, ci frica de moarte. Moartea poate fi de asemenea şi ultima experienţă de abandonare – care poate că este şi motivul pentru care unii se simt obligaţi să încerce să-i contacteze pe cei care au plecat înainte, pentru a fi siguri că vor avea parte de o «petrecere de bun venit» atunci când vor ajunge acolo.

Va deveni oare vindecarea prin rugăciune din ce în ce mai credibilă ca o consecinţă a creşterii conştientizării spirituale de tip New Age? Da, dacă înţelegem ce reprezintă rugăciunea autentică. Rugăciunea reprezintă legătura noastră conştientă cu Dumnezeu. *Rugăciunea autentică nu înseamnă să te întorci la Dumnezeu pentru a obţine ceva*; *însemnă să te întorci la Dumnezeu pentru a fi cu cineva*. *Rugăciunea nu constă atât în cuvintele pe care le adresăm lui ci în viaţa noastră cu Dumnezeu*. Atunci când toate acestea ne sunt limpezi, rugăciunea devine *medicină energetică*.

După ce pleacă de la mine, oamenii trebuie să continue să trăiască o viaţă de rugăciune către Dumnezeu. A mă considera persoana responsabilă, a gândi că eu am o putere care lor le lipseşte, este o greşeală care provine de la faptul că ne gândim la preoţi ca la persoane care ar avea

o legătură mai profundă cu Dumnezeu decât muritorii de rând. Aceasta este o eroare şi o greşeală gravă. O persoană trebuie să caute o viaţă spirituală personală şi responsabilă. Eu doar dau drumul energiei, dar persoana trebuie să menţină apoi operaţional vehiculul".

Lucrarea lui Ron reprezintă reapariţia unei forme de vindecare care a existat întotdeauna şi care a fost menită să existe întotdeauna: vindecarea prin credinţă, în momentul prezent. Scopul nostru pe acest pământ este de a ne transcende iluziile şi de a descoperi puterea înnăscută a spriţului nostru. Noi suntem responsabili pentru ceea ce am creat şi de aceea trebuie să învăţăm să acţionăm şi să gândim cu dragoste şi înţelepciune şi să trăim o viaţă în serviciul altora şi al întregii lumi vii.

Întrebări pentru autoexaminare

1. Care sunt întrebările pentru care ai căutat îndrumare în timpul meditaţiei sau al momentelor de rugăciune?

2. Care sunt răspunsurile la aceste întrebări de care te temi cel mai mult?

3. Te târguieşti cu Dumnezeu? Te plângi lui Dumnezeu mai mult decât îţi exprimi recunoştinţa? Ai tendinţa să te rogi pentru anumite lucruri mai degrabă decât să-l preamăreşti pe Dumnezeu?

4. Te-ai devotat unei anumite căi spirituale? Dacă nu, simţi nevoia să găseşti vreuna? Ai găsit surogate cărora să te devotezi? Dacă da, fa o listă şi evaluează relaţia ta cu acestea.

5. Crezi că Dumnezeul tău este mai autentic

decât Divinul din alte tradiţii spirituale?

6. Aştepţi ca Dumnezeu să-ţi trimită o explicaţie pentru experienţele tale dureroase? Dacă da, fa o listă cu aceste experienţe.

7. Cum s-ar schimba viaţa ta dacă Dumnezeu s-ar decide dintr-odată să-ţi răspundă la întrebări? Şi care este felul în care s-ar schimba dacă răspunsul pe care l-ai primi ar fi: „Nu am nicio intenţie să-ţi dau vreo lămurire cu privire la întrebările tale în acest punct al vieţii?” Ce ai fi pregătit să faci atunci?

8. Ai început să aplici şi apoi ai întrerupt vreo practică meditativă? Dacă da, care sunt motivele pentru care nu ai perseverat?

9. Care sunt adevărurile spirituale de care eşti conştient şi de care nu ţii seama în viaţă? Fă o listă.

10. Ţi-e frică să stabileşti o legătură spirituală mai strânsă cu Divinul datorită schimbărilor pe care le-ar putea declanşa în viaţa ta?

POSTFAŢĂ

Un ghid pentru misticul contemporan

Ştiu că nu sunt prima care să vă anunţe că acesta este cel mai extraordinar timp pentru a trăi experienţa de a fi viu. Trăim într-un timp cum n-a mai fost înainte. Trăim între două paradigme ale puterii, două paradigme ale realităţii – interioară şi exterioară, energetică şi fizică. Ne restructurăm pe noi şi relaţiile noastre către o autoritate spirituală personală. Inevitabil, această restructurare va remodela fiecare aspect al culturii lumii noastre după adevărul sacru *Toate*

sunt Una.

Faptul că societatea noastră globală este acum saturată de crize care ating fiecare naţiune, fiecare organ şi fiecare sistem din „corpul” nostru global are o semnificaţie simbolică. Otrăvirea nucleară, lipsa de apă potabilă, problemele de mediu şi subţierea stratului de ozon sunt doar primele din multele probleme care nu mai sunt demult naţionale în scop, ci globale. La nivel macrocosmic ameninţarea dezastrelor globale ne forţează să ne creăm o politică a unităţii, la fel cum un individ aflat faţă în faţă cu o boală gravă trebuie să-şi adune toate puterile corpului şi vieţii pentru a supravieţui. Am atins sfârşitul sistemului de putere bazat pe principiul „divide şi câştigă” şi acest sistem trebuie să fie înlocuit printr-o încercare de a uni puterile diferitelor naţiuni pentru a supravieţui şi a ne muta în siguranţă în următorul mileniu. Era informaţiei ce ne interconectează este un simbol al conştiinţei globale.

Tehnologia informaţiei este o reprezentare fizică a interacţiunilor noastre energetice. Am creat în afara noastră ceea ce există deja în sistemele noastre energetice. Informaţia energetică este folosită pretutindeni: în modelele holistice de sănătate, în programele „sănătate şi dezvoltare” şi în seminariile care ne învaţă atitudinile pozitive; în antrenamentele sportive unde atitudinile mentale şi deprinderile cu vizualizările sunt considerate la fel de importante ca şi talentele fizice ale jucătorilor. Fie că sunt motivate de bani, de dorinţa de a câştiga într-un

eveniment sportiv sau de nevoia de a vindeca o boală, pionierii din orice domeniu se întorc la soluţii energetice pentru a maximiza rezultatele fizice.

Văzută din perspectiva Chakrei Unu, vârsta energetică a civilizaţiei este o informaţie bătrână, sprijinită de computerizarea afacerilor, a claselor de şcoală şi a locuinţelor. Din perspectiva Chakrei Şapte, putem vedea că este o eră a conştiinţei care solicită aptitudini de a manageria misticul: rugăciunea, meditaţia, continua auto-analiză şi unitatea cu toţi oamenii. În mod ironic, ambele ere sunt doar una; suntem cu toţii pe acelaşi drum.

Sfaturi pentru misticul contemporan

Gândeşte într-un limbaj al întregului UNU.

Priveşte prin lentilele vederii simbolice.

Aminteşte-ţi că toate obstacolele fizice şi emoţionale sunt iluzii.

Caută întotdeauna înţelesul energetic al situaţiilor şi urmează-l.

Evaluează-ţi zilnic alegerile şi consecinţele acestor alegeri pentru sistemul tău energetic. Aceasta te va ajuta să simţi atunci când pierzi energia din cauza fricii sau a gândirii negative.

Uită-te la textul sacru al sistemului tău energetic biologic (vezi fig 6) pentru o călăuzire zilnică. Păstrează vii în minte cele şapte adevăruri sacre ale corpului şi spiritului:

1. Toate sunt Una
2. Cinstiţi-vă unul pe altul
3. Cinsteşte-te pe tine însuţi
4. Iubirea este Puterea Divină
5. Predă-ţi voinţa personală în favoarea

Voinţei Divine

6. Caută numai Adevărul

7. Trăieşte în momentul prezent

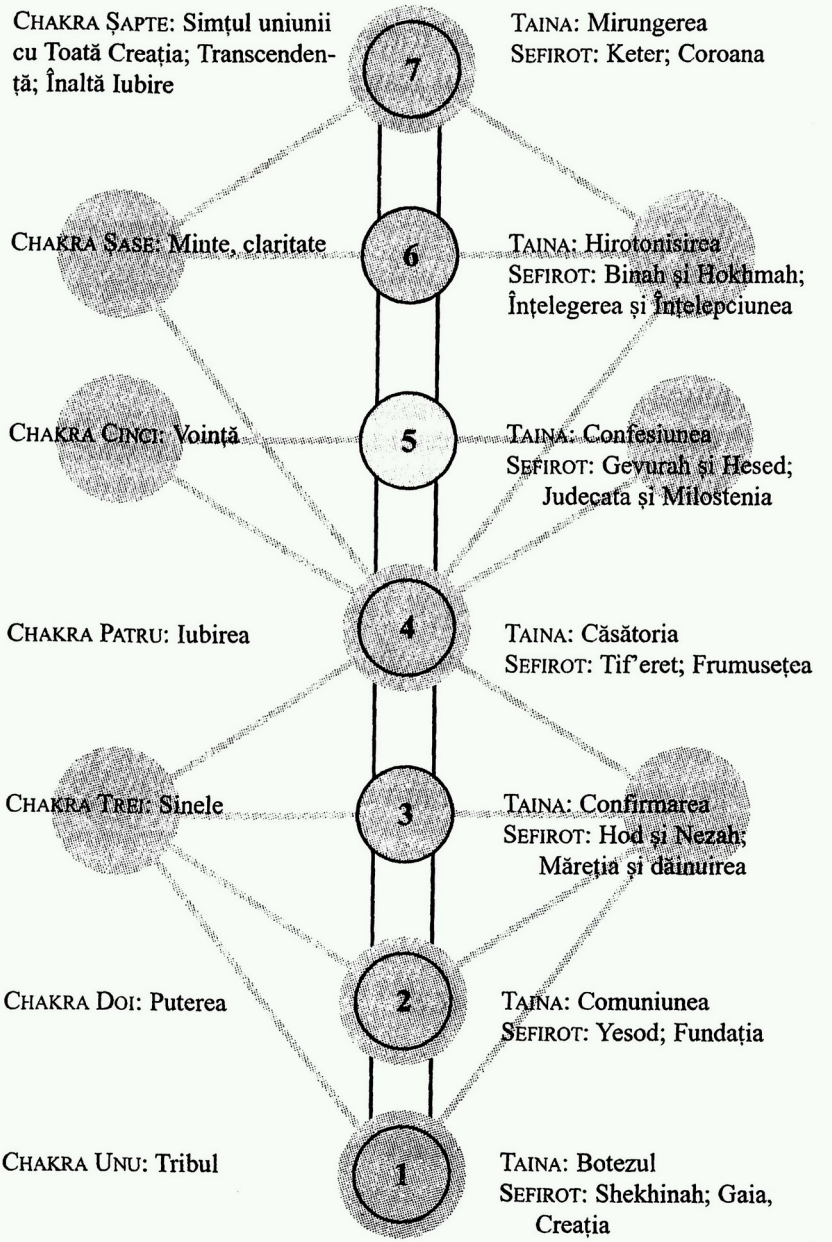
Simple şi puternice, aceste adevăruri te ajută să îţi concentrezi mintea, corpul şi spiritul înapoi în punctul de contact cu conştienţa Divină. Atâta vreme cât foloseşti aceste adevăruri ca pe puncte de referinţă, poţi evalua orice pierdere de putere şi îţi poţi retrage spiritul, recunoscând conştient care este adevărul pe care nu îl onorezi.

Meditaţia zilnică

Ca un act de meditaţie zilnică, atrageţi atenţia conştient în fiecare dintre chakre, începând cu prima şi continuând lucrarea în sus. Când te concentrezi:

1. Întreabă-te următoarele: „Pierd energie? Dacă da, care este frica ce trage puterea afară din corpul meu?” Trage

FIGURA 6: CORESPONDENȚELE ÎN SISTEMUL ENERGETIC UMAN



adânc aer în piept şi deconectează în mod conştient energia ta de acea frică.

2. Invocă energiile protectoare ale ghizilor spirituali, sefirotului sau tainei în acea chakră.

3. Pătrunde conştient în energia acelei chakre şi simte calitatea activităţii energetice cum creşte în acea parte a corpului tău.

Continuă cu toate chakrele, concentrându-te în următoarele moduri:

Pentru Chakra Unu concentrează-te asupra energiei Sefirotului Shekhinah şi simte-te conectat cu întreaga viaţă. Apoi, concentrează-te asupra înţelesului simbolic al Tainei Botezului şi binecuvântează viaţa pe care ai fost de acord să o trăieşti, binecuvântează familia ta, atât personală cât şi cea extinsă şi care îţi alcătuiesc viaţa.

Pentru Chakra Doi concentrează-te pe energia Sefirotului Yesod şi simte energia pe care ai eliberat-o din acea zonă în corpul tău prin actele creaţiei. Dacă energia ta este contaminată – plină de negativitate şi fiică – reexaminează-ţi intenţia. Adu-ţi în minte energia Tainei Comuniunii: vezi fiecare persoană din viaţa ta ca având un scop Divin. Chiar de nu poţi înţelege clar acea Divinitate, cere ca energia să vadă prin iluziile care te controlează.

Pentru Chakra Trei, concentrează-ţi mintea asupra energiei Sefirotului Nezah şi Hod, integritatea şi rezistenţa. Evaluează-ţi codul de comportament şi dacă ţi-ai compromis onoarea în vreun fel. Dacă da, meditează asupra semnificaţiei onoarei şi cere ajutor în păstrarea standardelor personale. Apoi adu-ţi în minte energia Tainei

Confirmării, angajamentul faţă de tine însuţi pentru a onora propria ta demnitate.

Pentru Chakra Patru, concentrează-te asupra energiei Sefirotului Tif'eret şi a energiei iubirii şi compasiunii. Analizează câtă iubire trimiţi altora, dar şi ţie însuţi/însăţi, inclusiv energia iubitoare conţinută în actele de iertare. Apoi, concentrează-te asupra grijii pe care o ai faţă de tine şi faţă de modul în care respecţi jurământul simbolic al Tainei Căsătoriei faţă de tine însuţi/însăţi.

Pentru Chakra Cinci concentrează-te asupra energiei Sefiroţilor Hesed şi Gevurah, mila şi judecata, şi evaluează calitatea gândurilor pe care le ai faţă de alţi oameni şi faţă de tine. Evaluează cuvintele pe care le spui altora şi dacă ai folosit cuvinte care au rănit, trimite energie pozitivă acelor oameni. Dacă ai exprimat cuvinte false, înţelege conştient că ai acţionat astfel pentru a-i înşela pe alţii şi examinează frica din tine care a determinat asemenea acţiuni. Astfel foloseşti energia Tainei Confesiunii. Roagă Lumina să pătrundă acea frică şi să-ţi dea curajul să nu mai acţionezi niciodată în astfel de tipare negative.

Pentru Chakra Şase, concentrează-te asupra energiei Sefiroţilor Hokhmah şi Binah – înţelepciunea Divină şi înţelegerea – şi continuă să-ţi evaluezi viaţa zilnică. Cere înţelepciune şi intuiţie pentru situaţiile în care te simţi confuz sau speriat. Şi aminteşte-ţi promisiunea Tainei Hirotonisiţii: că fiecare dintre noi are un dar special de dăruit acestei vieţi şi fiecare dintre noi este inevitabil condus pe acea cale a lui. Este imposibil să-ţi ratezi scopul vieţii.

Pentru Chakra Şapte, concentrează-te asupra energiei Sefirotului Keter, contactul tău cu Divinul, şi asupra Tainei Maslului/Mirungerii, terminând conştient toate treburile nerezolvate şi eliberându-te de acestea. Îngăduie energiei lui

Dumnezeu să pătrundă în mintea, corpul şi spiritul tău şi respiră acea energie în fiinţa ta.

În această practică de meditaţie zilnică îţi vei evalua sănătatea corpului, a minţii şi a spiritului. Lucrând cu această meditaţie vei putea să simţi sănătatea spiritului şi a corpului. Astfel poţi lucra să-ţi sporeşti conştienţa asupra echilibrului puterii din sistemul tău energetic.

În plus, aminteşte-ţi în mod regulat de arhetipul Pământului Făgăduinţei. Acest arhetip nu este menit să ne inspire pentru a căuta o singură dată o soluţie fizică pentru toate problemele noastre. Este menit să ne atragă în noi înşine pentru a descoperi puterea care se găseşte în spatele ochilor noştri. Putem transcende orice dilemă prin puterea spiritului – aceasta este o promisiune Divină.

Prin această auto-evaluare vei dezvolta aptitudinea de a „citi” energia şi de a percepe călăuzirea intuitivă. Dezvoltarea acestei aptitudini necesită o practică zilnică, iar în perioade de criză, chiar în fiecare oră. Simplul act al conştientizării, cuplat cu un angajament conştient de a învăţa din toate experienţele noastre, va slăbi fricile tale şi-ţi va întări spiritul. Şi mai mult de atât, pe măsură ce înveţi limba spiritului tău, stabileşti un cod al onoarei pentru tine însuţi care reflectă conţinutul spiritual al biologiei tale.

Această vârstă a conştiinţei nu ne împinge numai pentru a ne afunda în noi teorii spirituale sau de a face jocuri mentale care unesc fizica cu buddhismul Zen. Suntem meniţi să mergem mai departe în autodescoperire şi spre maturitatea spirituală, pentru a fi pregătiţi să trăim o viaţă care are importanţă pentru noi şi pentru cei din jurul nostru.

Noi conţinem scriptura. Noi conţinem Divinitatea. Suntem Divinitatea. Noi suntem biserica, sinagoga, ashramul.

Trebuie să închidem ochii şi să simţim energia tainelor, a sefiroţilor, a chakrelor ca origine a puterii noastre – ca pe energia care ne alimentează biologia. Când realizăm din ce suntem făcuţi, nu mai avem nicio altă alegere decât să trăim o viaţă spirituală.

Doamne, fii în mintea mea şi în înţelegerea mea Doamne, fii în ochii mei şi în privirea mea Doamne, fii în gura mea şi în vorbirea mea Doamne, fii în limba mea şi în gustul meu Doamne, fii în buzele mele şi în urările mele

Doamne, fii în nasul meu, în mirosul meu, în răsuflarea mea

Doamne, fii în urechile mele şi în auzul meu

Doamne, fii în gâtul meu şi în smerenia mea

Doamne, fii în umerii mei şi în povara mea

Doamne, fii în spatele meu şi în dreapta-mi stare în picioare

Doamne, fii în braţele mele, în ajungerea mea, în felul meu de a primi Doamne, fii în palmele mele şi în munca mea Doamne, fii în picioarele mele şi în mersul meu Doamne, fii în

tălpile mele şi în călcătura mea Doamne, fii în încheieturile mele şi în legăturile mele

Doamne, fii în măruntaiele mele şi în simţirea mea Doamne, fii în intestinele mele şi în iertarea mea Doamne, fii în şalele mele şi în balansul meu Doamne, fii în plămânii mei şi în respirarea mea Doamne, fii în inima mea şi în iubirea mea

Doamne, fii în pielea mea şi în atingerea mea Doamne, fii în carnea mea şi în durerea mea Doamne, fii în sângele meu şi în trăirea mea Doamne, fii în oasele mele şi în moartea mea Doamne, fii în sfârşirea mea şi la reînvierea mea.

Din rugăciunea tradiţională a Reverendului Jim Cotter, tipărită în cartea sa, *Prayer al Night*, Caims Publications, Sheffield, England, 1988.

Mulţumiri

9

Sunt recunoscătoare atâtor oameni care au sprijinit şi au făcut parte din procesul scrierii acestei cărţi.

Agentului meu, Ned Leavitt, adânca mea recunoştinţă pentru că a condus acest proiect şi pentru că este o persoană de o integritate deosebită.

Editorului meu, Leslie Meredith îi voi fi recunoscătoare întotdeauna pentru optimismul ei fără sfârşit, pentru talentul său şi pentru spiritul ei cald şi protector. Dar voi păstra un loc special în inima mea pentru capacitatea ei de a înţelege viziunea de care aveam nevoie pentru a da naştere acestei cărţi, în special din momentul în care am adus manuscrisul, iar ea a putut îmbrăţişa ideea. Admir enorm natura ei şi devotamentul sincer pe

care îl are în a aduce publicului munca autorilor ei, inclusiv pe a mea.

Mulţumirile mele, de asemenea, şi pentru Karin Wood, editor asistent, pentru multele cuvinte frumoase pe care mi le-a adresat şi pentru eficienţa ei deosebită.

Sunt, de asemenea, adânc îndatorată faţă de Janet Biehl pentru extraordinarul ei talent de editare-dactilografiere.

Iar editorului meu personal, Dorothy Mills, îi dăruiesc o inimă plină de iubire şi recunoştinţă, atât pentru sprijinul ei profesional, cât şi pentru prietenia ei. Dorothy a devenit o sursă de forţă şi optimism pentru mine şi voi fi recunoscătoare întotdeauna destinului care ne-a făcut cunoştinţă cu mulţi ani în urmă.

C. Norman Shealy, M.D., Ph. D. a fost colegul meu de cercetare de mai bine de zece ani. Şi el este unul din prietenii mei dragi, un confident, un consilier, un ghid. Nu cred că aş face această muncă astăzi, dacă el nu ar fi fost parte din viaţa mea. Mulţumirile nu sunt suficiente pentru tot ceea ce simt eu că mi-a dăruit. Minunatei sale soţii, Mary-Charlotte, care a devenit o dragă prietenă şi o parte a muncii noastre, îi exprim cea mai călduroasă apreciere.

Iar Robertei Howard, secretara noastră talentată, sincera mea recunoştinţă pentru tot ceea ce face în sprijinul muncii noastre.

Viaţa mea este plină de prieteni pe care îi iubesc şi îi admir, şi ale căror vieţi au fost o sursă constantă de inspiraţie pentru mine. Christiane Northrup, M.D., o doctoriţă cu har şi scriitoare,

mi-a cerut să lucrez cu ea acum cinci ani. De-atunci, am continuat să învăţăm împreună şi am găsit în ea atât o sursă de mare umor şi energie, cât şi de devotament faţă de medicina holistă.

Joan Borysenko, Ph. D., mi-a atins profund inima cu încurajările pe care mi le-a oferit în privinţa muncii mele, un sentiment care este mutual.

Mona Lisa Schulz, M.D., Ph. D., o strălucită şi vizionară femeie care mi-a dat curaj atunci când aveam mai mare nevoie şi care m-a învăţat foarte mult despre vindecare.

Ron Roth, un vindecător cu har, şi Paul Fundson, un drag prieten care au fost punctul de bază al sprijinului spiritual, la voi aprecia prezenţa în viaţa mea întotdeauna, dar mai ales pentru timpurile în care traversam perioade întunecate, şi care au fost multe în aceşti ultimi doi ani.

Am întâlnit-o pe Pinkola Estes, Ph. D. puţin timp înainte de a începe această carte. Am găsit în ea o prietenă de-o viaţă, şi voi fi veşnic recunoscătoare pentru curajul ei, pentru înţelepciunea, geniul şi adâncimea spiritului său, ca şi pentru legătura de credinţă pe care o avem în ceea ce priveşte moştenirea spirituală.

Iar lui Tami Simon, fondatoarea Studioului Sounds True (în traducere românească „Pare adevărat”-n.t.), un val nesfârşit de mulţumiri şi iubire pentru sprijinul şi prietenia ei, pentru spiritul său de mare onoare şi pentru natura ei generoasă.

Vreau, de asemenea, să îmi exprim recunoştinţa faţă de Elmer Green, Ph. D.,

„părintele mişcării de biofeedback, care a fost ca un consilier de-a lungul acestui proiect. Dr. Green este recunoscut în toată lumea pentru contribuţiile sale în domeniul conştiinţei umane şi eu mă simt onorată pentru că am putut primi sprijinul dumnealui în toţi aceşti ani.

Nancy W. Bartlett, o vrăjitoare a computerului, a venit mereu spre salvarea mea şi a muncii pentru această carte. Îi mulţumesc din adâncul inimii pentru nenumăratele drumuri pe care le-a făcut la mine acasă, pentru răbdarea ei faţă de lipsa mea de pricepere şi incapacitatea mea de a învăţa cele mai simple instrucţii ale computerului.

Şi mulţumesc minunatei echipe de la Danny’s Deli pentru aprovizionarea mea zilnică cu cappuccino – fără scorţişoară. Nu veţi şti niciodată cât m-au ajutat căldura şi ospitalitatea voastră ca să mă simt din nou ca acasă.

Toată dragostea mea pentru M.A. Bjorkman, Rhea Baskin, Carol Simmons, Kathalin Walker şi tot restul echipei mele organizatoare de conferinţe. Am găsit în organizaţia voastră o calitate specială care mi-a atins sufletul mai mult decât pot exprima în cuvinte. Să lucrez cu voi este mai mult decât o plăcere, nu doar pentru grija voastră sinceră faţă de confortul meu, dar şi pentru cinstea şi integritatea voastră ca parteneri de afacere. Sunteţi o binecuvântare în viaţa mea.

Şi pentru mulţi alţi prieteni dragi, care au fost numai şi întotdeauna comori în viaţa mea, comori pe care le-am apreciat în special în timpul scrierii acestei cărţi, vă sunt etern

recunoscătoare: Eileen Kee, Susie Marco, Kathy Musker, Revemd Suzanne Fageol, David Luce, Jim Garrison, Penny Tompkins, Lynn Bell, Carole Dean, Carol Hasler, Ron Roth, Paul Fundsen, Tom Williams, Peter Brey, Kaare Sorenson, Kevin Todeshi, John May, Sabine Kurjo, Siska Pothoff, Judy Buttner, Paula Daleo, Fred Matzer, Delacy Sarantos şi mulţi alţi care fac din viaţa mea o bogată tapiserie a prieteniei.

De asemenea, îmi exprim recunoştinţa fără de sfârşit tuturor oamenilor care sprijină munca mea participând la cursuri şi conferinţe. Nu există cuvinte în care să pot exprima aprecierea pe care o simt faţă de voi toţi, cei care aţi jucat un rol atât de important în a mă ajuta să-mi rafinez lucrarea. Fără entuziasmul vostru şi fără răspunsul vostru (feedback), nu aş fi putut avea inspiraţia să continui dezvoltarea şi predarea acestui material.

Şi tuturor acelor mulţi oameni pe care i-am neglijat în aceşti ultimi doi ani datorită unui program foarte încărcat care m-a împiedicat să răspund la scrisori şi telefoane, cele mai sincere scuze.

Totuşi, vreau să mulţumesc cel mai mult familiei mele pentru iubirea şi sprijinul pe care mi-a le-au dăruit întotdeauna, în special iubitei mele mame. Consider că mama mea este o binecuvântare directă de la Dumnezeu. Dragostea ei, tăria ei de caracter, inima ei fără sfârşit şi energia nesfârşită de care a dat dovadă m-au ajutat nu numai să scriu această carte, dar să mă şi vindec. Şi-a deschis întotdeauna inima pentru ideile mele, indiferent de cât de radicale erau. Îmi

amintesc cu atâta căldură de multele discuţii pe care le-am purtat pe tema ideilor mele despre Dumnezeu pe vremea când eram studentă, unele din discuţii purtându-se chiar în mijlocul nopţii. Iar rolul său ca un model, ca o femeie care cunoaşte puterea intimă a credinţei ei, încă mă inspiră.

Fratele meu Edward, şi soţia lui, Amy, şi copii lor, Rachel, Sarah şi Eddie Jr., care îmi umplu viaţa cu atâta bucurie ca şi nepoatele mele Angela şi Allison, nepotul Joey şi cumnata Mary Pat, le mulţumesc acestor oameni minunaţi care m-au ajutat prin toate vremurile dificile prin care am trecut. Să ştiu că fiecare dintre voi sunteţi o parte a vieţii mele, mă face să fiu recunoscătoare că sunt vie. Voi toţi sunteţi pentru mine „acasă”. Iar verilor mei, pe care îi iubesc atât de mult, le mulţumesc pentru că m-au sprijinit şi m-au încurajat, chiar şi dacă înţeleg că jumătate din timp n-aţi avut habar de ce anume făceam eu. Este foarte bine să ştiu că aţi crezut în mine necondiţionat. Şi la fel pentru Marilyn şi Mitch, Chrissy şi Ritchie, Pam şi Andy, Wanda, Mitchie, Părintele Len, Mătuşa Virginia şi toţi ceilalţi, mătuşa mea minunată Gen, care ne-a părăsit recent ducându-se la ceruri, tuturor vă mulţumesc şi vă dăruiesc iubirea mea. Sunt atât de recunoscătoare că ne avem unul pe altul.

Bibliografie

Achterberg, Jeanne. *Imagery în Healing*: *Shamanism and Modern Medicine*. Boston: Shambhala Publications, 1985.

Assagioli, Roberto. Psychosynthesis: A

Manual of Principles and Techniques. New York: Viking Press, 1971.

Atwater, P.M.H. *Coming Back to Life*: *The After-Effects of the Near Death Experience*. New York: Dodd, Mead, & Co., 1988. Bailey, Alice A. *Esoteric Healing*. New York: Lucis Publishing, 1953.

Becker, Robert O., and Gary Sheldon. *The Body Electric*: *Electromagnatism and the Foundation of Life*. New York: William Morrow, 1985.

Bennet, Hal Zina. *The Doctor Within*. New York: Clarkson N. Potter.

1981.

Benson, Herbert, and William Proctor. *Beyond the Relaxation Response*. New York: Berkeley, 1985.

Berkow, Robert, editor în chief *The Merck Manual of Diagnosis and Therapy*, 14th ed. West Point, Penn.: Merck, Sharp & Dohme.

1982.

Borysenko, Joan. Fire in the Soul: A New Psychology of Spiritual Optimism. New York: Warner Books, 1993.

Guilt Is the Teacher; Love Is the Lesson. New York: Warner Books, 1988.

Mind the Body, *Mending the Mind*. Massachusetts: Addison Wesley, 1987.

Brennan, Barbara Ann. Hands of light: A Guide to Healing Through the Human Energy Field. New York: Bantam, 1987.

Light Emerging: The journal of Personal Healing. New York: Bantam, 1993.

Bruyère, Rosalyn L. Wheels of Light: A Study of the Chakras.

Arcadia, Calif.: Bon Productions, 1989.

Campbell, Joseph. *The Mythic Image*. Princeton, NJ.: Princeton University Press, 1974.

Germinara, Gina. *Many Mansions*. New York: New American Library, 1978.

Chopra, Deepak. Aceless Body, Tuneless Mind: The Quantum Alternative to Growing Old. New York: Harmony Books, 1993.

A Course în Miracles. 2nd rev, ed. Set of 3 vols., including text, teacher's manual, workbook. Found Inner Peace, 1992. Diamond, Harvey and Marilyn. *Fit for Life*. New York: Warner Books, 1985.

Dossey, Larry. *Healing Words*. San Francisco: Harperlollins, 1993. *Meaning and Medicine*: *A Doctor's Tales of Breakthrough and Healing*. San Francisco: Harperlollins, 1992.

Space, Time, and Medicine. Boston: Shambhala Publications, 1982.

Epstein, Gerald. Healing Visualizations: Creating Health Through Imagery. New York: Bantam Books, 1989.

Feldenkrais, M. *Body and Mature Behavior*. New York: International Universities Press, 1970.

Gawain, Shakti. *Living in the Light*. San Rafael, Calif.: New World Library, 1986.

Grof, Christina and Stanislav. *The Stormy Search for the Self*. Los Angeles: J. P Tarcher, 1990.

Harman, Willis. *Global Mind Change*. Indianapolis: Knowledge Systems, 1988.

Hay, Louise L. *You Can Heal Your Life*. Santa Monica, Calia: Hay House, 1982.

Jaffee, Dennis. Healing from Within: Psychological Techniques to Help the Mind Heal the Body. New York: Simon & Schuster, 1980. James, William. The Varieties of Religious Experience. New York: New American Library, 1958.

Joy, W Brugh, M.D. *A Map for the Transformational Journey*. New York: Tarcher/Putnam, 1979.

Krieger, Dolores. *The Terapeutic Touch*: *How to Use Your Hands to Help or Heal*. Englewood Cliffs, NJ.: Prentice-Hall, 1979. Kuhiman, Kathryn. *I Believe în Miracles*. New York: Pyramid Books, 1969.

Kunz, Dora. *The Personal Aura*. Wheaton, III, Theosophical Publishing House, 1991.

Leadbetter, C. W *The Chakras*. Wheaton, III, Theosophical Publishing House, 1974.

Liberman, Jacob. *Light*: *Medicine for Future*, Santa Fé: Bear & Co., 1991.

Masters, Roy. *How Your Mind Can Keep You Well*. Los Angeles: Foundation Books, 1972.

McGarey, William A. *The Edgar Cayce Remedies*. New York: Bantam Books, 1983.

Meek, George W *Healers and the Healing Process*. Wheaton, 111.: Theosophical Publishing House, 1977.

Merton, Thomas. The Aslan Journal of Thomas Merton. Naomi B.

Stone et al, eds. New York: New Directions, 1973.

Moody, Raymond A., with Paul Perry. *Coming Back*: *A Psychiatrist Explores Past-Life Journeys*. New York: Bantam Books, 1991.

The New Holistic Health Handbook, ed. Bill Sheperd. Lexington, Mass.: Penguin Books, 1985.

Orstein, Robert, and Cionis Swen. *The Healing Brain*. New York: Guildford Press, 1990.

Peck, M. Scott. *People of the Lie*: *The Hope for Healing Human Evil*. New York: Touchstone/Simon & Schuster, 1985.

Pelletier, Kenneth. *Mind as Healer*; *Mind as Slayer*. New York: Delacorte Press, 1980.

Psyche & Symbol: *A Selection from the Writings of C.G. Yung*, ed. Violet S. de Laszlo. New York: Doubleday & Co., 1958. Reilly, Harold J., and Ruth H. Brod. *The Edgar Cayce Handbook for Health Through Drugless Therapy*. New York: Berkeley, 1988. *Reîncarnation în World Thought*, eds. Joseph Head and S.L. Cranston. New York: Julian Press, 1967.

Sagan, Leonard A. *The Health of Nations*. New York: Basic Books, 1987.

Schwarz, Jack. Voluntary Controls: Exercises for Creative Meditation and for Activaţing the Potenţial of the Chakras. New York: Dutton, 1978.

Selye, Hans. The Physiology and Pathology of Exposure to Stres. Montreal: Acta, 1950.

Shealy, C. Norman. *The Self-Healing Workbook*: *Your Personal Plan for Stress-Free Living*. Rockport, Mass.: Element Books, 1993. Shealy, C. Norman, and Caroline M. Myss. *The Creation of Health*. Walpole, N.H.: Stillpoint Publishing, 1993.

Sheldrake, Rupert. *A New Science of Life*. Los Angeles: J. P Tarcher, 1981.

Siegel, Bemie S. *Love, Medicine, and Miracles*. New York: Harperlollins, 1991.

Simonton, O. Carl, and Reid Henson, with Brenda Hampton. *The Healing Journey*. New York: Bantam Books, 1992.

Smith, Huston. *The Religions of Man*. New York: Harper & Row, 1965.

Steam, Jess. *The Sleeping Prophet*. New York: Doubleday & Co., 1967.

Well, Andrew. Health and Healing: Understanding Conventţional and Alternative Medicine. Boston: Houghton Mifflin, 1983.

Weiss, Brian. *Through Time into Healing*. New York; Sipion & Schuster, 1992.

Apariţii editoriale Editura Cartea Daath

Din colecţia „Ştiinţă şi Spiritualitate”.

Călătoria sufletelor – Michael Newton, Ph. D.

Destinul sufletelor – Michael Newton, Ph. D.

Telepatia şi vehiculul eteric – Alice Bailey *Universul holografic* – Michael Talbot *Putere versus forţă* – David. R. Hawkins, M.D., Ph. D *Adevăr versus falsitate* – David. R. Hawkins, M.D., Ph. D *Viaţa dintre vieţi* – Michael Newton, Ph. D.

Ochiul Sinelui – David. R. Hawkins, M.D., Ph. D

Şinele: Realitate şi subiectivitate – David. R. Hawkins, M.D., Ph. D

Ştiinţa Minţii. Un dialog între Est şi Vest – Dalai Lama, Herbert Benson, Robert A.F. Thurman, Howard E. Gardner, Daniel Goleman

Imagine All the People (închipuie-ţi toţi

oamenii) – O conversaţie cu Dalai Lama despre bani, politică şi viaţă aşa cum ar putea fi – Sfinţia Sa Al Paisprezecelea Dalai Lama şi Fabien Ouaki în colaborare cu Anne Benson

Transcenderea nivelurilor de conştiinţă – Scara către Iluminare – David. R. Hawkins, M.D., Ph. D

Psihologie & Cinematografie – Dr. Elena Claudia Rusu

Descoperirea Prezenţei lui Dumnezeu – David. R. Hawkins, M.D., Ph. D

Vindecare şi recuperare – David R. Hawkins Nici zen, nici psihanaliza – Matei Georgescu

Din colecţia „Terapii pentru minte, inimă şi trup".

Orice poate fi vindecat – Martin Brofman, Ph. D.

Karma de fiecare zi – Carmen Harra

Anatomia Spiritului – Caroline Myss, Ph. D.

Fluxul, 40 de zile pentru o transformare totală a vieţii – Tara Meyer-Robson

Din colecţia „Poezii, Gânduri, Desene".

Eternul exerciţiu – Daniela Marin – poezii Dumnezeu mi-a vorbit – Eilleen Caddy în căutarea Armoniei – Ioan Gyuri Pascu Deschiderea porţilor lăuntrice – Eilleen Caddy

Gândirea, copilul realităţii şi creatorul iluziei – Ioan Gyuri Pascu

Gândesc, deci nu exist – 101 dulcezenii de acrit mintea – Matei Georgescu

Din colecţia „Noua Paradigmă".

What the Bleep Do We Know!?

— Ce naiba ştim noi, de fapt?!

— William Amtz, Betsy Chasse

Nevăzuţii de lângă noi – Florin Gheorghiţă

Din colecţia „Constelaţii Sistemice”.

Fericirea care durează – Bert Hellinger Un val, un ocean – Bert Hellinger

Practicienii medicinii energetice susţin că acest câmp energetic uman conţine şi reflectă energia fiecărui individ.

Ne înconjoară şi poartă cu noi energia emoţională creată de experienţele noastre, fie ele interne sau externe, pozitive sau negative.

Această forţă emoţională influenţează ţesutul fizic din corpurile noastre. În acest fel biografia voastră care este alcătuită din experienţele de viaţă devine biologia voastră.